


УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА
«ГОРОД ЙОШКАР-ОЛА»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД №18 Г.ЙОШКАР-ОЛЫ «ИЗЮМИНКА»

ПРИНЯТО
педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад №18
«Изюминка»
от «28» августа 2024г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №18
«Изюминка»

Н.А. Ведерникова
«28» августа 2024г.



СОГЛАСОВАНО
Начальник отдела
дошкольного образования
управления образования
администрации городского
округа «Город Йошкар-Ола»
 Ю.Н. Соловьева

**АДАптированная дополнительная
общЕобразовательная общЕразвивающая
ПРОГРАММА «ШКОЛА МЯЧА»**

ID программы: 2695

Направленность программы:

физкультурно-спортивная

Уровень программы: базовый

Категория и возраст обучающихся: 6-7 лет

Срок освоения программы: 1 год

Объем часов: 36

Разработчик программы:

Макарова Татьяна Александровна, воспитатель
МБДОУ «Детский сад №18 «Изюминка»

город Йошкар-Ола
2024 год

Содержание

| | | |
|------|---|----|
| 1. | Комплекс основных характеристик | 3 |
| 1.1. | Пояснительная записка | 3 |
| 1.2. | Цель и задачи программы | 5 |
| 1.3. | Объем программы | 6 |
| 1.4. | Содержание программы | 6 |
| 1.5. | Планируемые результаты | 11 |
| 2. | Комплекс организационно-педагогических условий | 11 |
| 2.1. | Учебный план адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа мяча» | 11 |
| 2.2. | Календарный учебный график адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа мяча» | 12 |
| 2.3. | Условия реализации программы | 15 |
| 2.4. | Формы, порядок текущего контроля | 16 |
| 2.5. | Оценочные материалы | 17 |
| 2.6. | Методические материалы | 17 |
| 2.7. | Иные компоненты | 19 |
| 2.8. | Список литературы | 23 |

1. Комплекс основных характеристик

1.1. Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа мяча» разработана в соответствии с Федеральным закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Постановлением Правительства Российской Федерации от 18 сентября 2020 г. № 1490 «О лицензировании образовательной деятельности» (вместе с «Положением о лицензировании образовательной деятельности»); Приказом Минпросвещения России от 27.07.2020 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Направленность Программы.

Содержание программы базируется на детских интересах и запросах родителей и реализуется по направлению: физкультурно-спортивная.

Актуальность Программы.

Повышение качества и доступности образования – важнейшая задача модернизации системы образования, поставленная в рамках приоритетного национального проекта «Образование» Правительством Российской Федерации. Одной из ведущих тенденций модернизации в сфере российского образования является усиление внимания к проблеме повышения качества дополнительного образования детей с ОВЗ.

Понимая необходимость совершенствования процесса физического развития детей дошкольного возраста в условиях ДОУ, в целях наилучшей реализации оздоровительной и коррекционно-развивающей направленности физического развития дошкольников с ограниченными возможностями здоровья (общим недоразвитием речи), разработана дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Школа мяча».

Программа данной направленности ориентирована на укрепление здоровья воспитанников с ОВЗ, закаливание, содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности детей, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости, пластичности. Образовательная программа способствует развитию личностных, физических и коммуникативных качеств детей, мотивации к спортивной деятельности, к здоровому образу жизни.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработки хорошей осанки. Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми с ОВЗ.

Отличительные особенности Программы.

Программа адаптирована для обучения детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) 6-7 лет. Образовательная деятельность по Программе направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом; формирование и укрепление здоровья, культуры здорового и безопасного образа жизни. Образовательный процесс по Программе организуется с учетом особенностей психофизического развития детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР).

Освоение дополнительной общеразвивающей программы указанными категориями обучающихся предполагает осуществление образовательной деятельности с применением специальных условий. Под специальными условиями для получения дополнительного образования обучающимися с общим недоразвитием речи понимаются условия обучения, воспитания и развития таких обучающихся, включающие в себя использование специальных методов обучения и воспитания, специальных дидактических материалов.

Образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Школа мяча» осуществляется педагогическим работником, освоившим соответствующую программу профессиональной переподготовки.

Представленная Программа оформлена по единому требованию к образовательным программам дополнительного образования, представляет собой инновационный современный взгляд на развитие физкультурно-спортивного образования детей старшего дошкольного возраста с ОВЗ.

Программа имеет гибкий характер, позволяющий, в зависимости от условий, материально-технической базы, уровня физического развития, подготовленности и индивидуальных особенностей занимающихся рационально варьировать содержание программы и творчески обеспечить её выполнение.

Адресат программы.

Программа предназначена для воспитанников 6-7 летнего возраста с ОНР (общее недоразвитие речи).

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с общим недоразвитием речи

К категории дошкольников с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) относятся дети, имеющие отклонения в развитии речи при нормальном слухе и сохранном интеллекте. Общее недоразвитие речи может быть выражено в разной степени: от полной невозможности соединять слова во фразы или от произнесения вместо слов отдельных звукоподражательных комплексов до развернутой речи с элементами фонетико-фонематического и лексико-грамматического несовершенства. Но в любом случае нарушение касается всех компонентов языковой системы: фонетики, лексики и грамматики.

Неполноценная речевая деятельность накладывает отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сфер. Связь между речевыми нарушениями и другими сторонами психического развития обуславливает специфические особенности мышления.

Наряду с соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций, им присуще и некоторое отставание в развитии двигательной сферы, которая характеризуется плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости выполнения. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции.

Дети с общим недоразвитием речи отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. Например, перекачивание мяча с руки на руку, передача его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием; прыжки на правой и левой ноге и др.

Отмечаются недостаточная координация пальцев, кистей рук, недоразвитие мелкой моторики. Обнаруживается замедленность, застревание на одной позе.

У детей с нарушениями речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:

По развитию физических качеств. Дети с расстройствами речи отличаются от здоровых детей низким уровнем ловкости и быстроты. По выносливости, силе и гибкости различий не выявлено.

По степени сформированности двигательных навыков. Дети с нарушениями речи отличаются от здоровых детей отсутствием автоматизации движений и низкой обучаемостью. Эти особенности сопряжены с низким уровнем развития когнитивных процессов.

Сроки освоения Программы определяются содержанием программы и обеспечивают важность достижения планируемых результатов детьми. Программа рассчитана на 1 учебный год (36 недель).

Форма обучения: очная.

Уровень Программы: стартовый.

Особенности организации образовательного процесса. Программа дополнительного образования разработана для детей в возрасте от 6 до 7 лет с ОВЗ (ОНР). Численный состав объединения определяется в соответствии с психолого-педагогической целесообразностью вида деятельности – не более 12 человек. Форма реализации образовательной программы – практическое занятие. Организационная форма обучения – групповая, в группах одного возраста.

Каждое занятие начинается с разминки, затем в игровой форме проходит основная часть тренировки, выполняются упражнения с мячом, в конце занятия подвижные игры и дыхательные упражнения.

Обязательно наличие спортивной формы одежды у детей и руководителя и соответствующего санитарно-гигиеническим нормам помещения.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 30 минут.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – создание оптимальных условий для всестороннего полноценного физического развития, укрепления здоровья детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) в дошкольном образовательном учреждении путем повышения физиологической активности органов и систем детского организма через организацию занятий с использованием приемов (элементов) техники владения мячом в футболе, баскетболе; коррекция речедвигательных нарушений.

Задачи:

- научить технике владения мячом;
- развивать основные физические качества;
- обеспечить оптимальную двигательную активность дошкольников;

- повысить функциональные возможности организма дошкольников с ОВЗ;
- формировать у детей интерес к занятиям физической культурой с элементами футбола, баскетбола;
- удовлетворить индивидуальные потребности обучающихся с ОВЗ в занятиях физической культурой и спортом;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни.

1.3. Объем программы

Количество занятий в неделю – 1, в месяц - 4 занятия, всего в год – 36 часов.

1.4. Содержание программы

Курс программы состоит из следующих разделов:

- 1 – стартовая диагностика – 2 часа. Форма контроля – наблюдение, упражнения с мячом.
- 2 – Школа мяча (баскетбол) – 6 часов. Форма контроля - упражнения с мячом.
- 3 – Школа мяча (футбол) – 25 часа. Форма контроля - упражнения с мячом.
- 4 – Диагностика – 1 час.

Форма контроля упражнения с мячом - игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

| № | Тема | Программное содержание | Форма контроля |
|-----------------------------------|--------------------------|--|--------------------|
| 1 раздел – стартовая диагностика | | | |
| 1 | Адаптация Диагностика | 1. Беседа «Спортивные игры с мячом» 2. Знакомство с играми с мячом (баскетбол, футбол). 3. Свободные игры с мячом. 4. Подвижная игра «Удочка». | Наблюдение |
| 2 | Адаптация Диагностика | 1. Игры с мячом. 2. Знакомство с техникой владения мяча в футболе (ведение мяча по прямой, «змейкой», удары по воротам). 3. Подвижная игра «Солнышко». | Наблюдение |
| 2 раздел - Школа мяча (баскетбол) | | | |
| 3 | <u>«Школа мяча»</u> | 1. Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ из-за головы. 2. Метание мяча вдаль правой и левой рукой. 3. Игровое упражнение: «Вперед с мячом». 4. Подвижная игра: «Поймай мяч». 5. Игра в баскетбол (знакомство с правилами, метание в цель). | Упражнения с мячом |
| 4 | <u>«Школа мяча»</u> | 1. Перебрасывание мяча друг другу стоя, способ от груди. 2. Метание мяча вдаль. 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. | Упражнения с мячом |

| | | | |
|---------------------------------------|--|--|--------------------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> 4. Игровое упражнение: «Догони мяч». 5. Подвижная игра: «Брось, поймай». 6. Игра в баскетбол (знакомство с правилами, метание в цель). | |
| 5 | <u>«Школа мяча»</u> | <ul style="list-style-type: none"> 1. Удар по неподвижному мячу. 2. Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. 3. Удар мяча в цель. 4. Игровое упражнение: «Солнышко». 5. Игра в баскетбол (метание в корзину на небольшой высоте). | Упражнения с мячом |
| 6 | <u>«Школа мяча, ведение мяча»</u> | <ul style="list-style-type: none"> 1. Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя. 2. Ведение мяча с изменением направления. 3. Игровое упражнение: «Перенос трех мячей». 4. Подвижная игра: «Мяч и веревка». 5. Игра в баскетбол (метание в корзину на небольшой высоте). | Упражнения с мячом |
| 7 | <u>«Школа мяча, ведение мяча»</u> | <ul style="list-style-type: none"> 1. Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях. 2. Ведение мяча с изменением скорости. 3. Игровое упражнение: «Пингвины с мячом». 4. Малоподвижная игра «Ручейки и озера». | Упражнения с мячом |
| 8 | <u>«Школа мяча, ведение мяча»</u> | <ul style="list-style-type: none"> 1. Перебрасывание мяча друг другу сидя, ноги врозь. 2. Игровое упражнение: «Передал - садись». 3. Подвижная игра «Сделай фигуру». 4. Игра в баскетбол (ведение мяча, метание в корзину на небольшой высоте). | Упражнения с мячом |
| 9 | <u>«Школа мяча, ведение мяча»</u> | <ul style="list-style-type: none"> 1. Забрасывание мяча в цель 2. Ведение мяча 3. Подвижная игра: «Мяч водящему». 4. Игра в баскетбол (ведение мяча, метание в корзину на небольшой высоте). | Упражнения с мячом |
| 10 | <u>«Школа мяча, ведение мяча»</u> | <ul style="list-style-type: none"> 1. Забрасывание мяча в цель 2. Ведение мяча 3. Подвижная игра: «Ловишка в кругу». 4. Игра в баскетбол (ведение мяча, метание в корзину на небольшой высоте). | Упражнения с мячом |
| 3 раздел - Школа мяча (футбол) | | | |
| 11 | <u>«Техника передвижения, ведение мяча»</u> | <ul style="list-style-type: none"> 1. «Обратный поезд» - бег прямой и спиной вперед. 2. «Чей мяч дальше?» - удары по неподвижному мячу. 3. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. 4. Игровые упражнения «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу; «Обратный поезд». 5. Подвижная игра: «Подвижная цель». 6. Малоподвижная игра «Олени». | Упражнения с мячом |
| 12 | <u>«Удар по неподвижному мячу, ведение мяча»</u> | <ul style="list-style-type: none"> 1. Бег через набивные мячи. 2. «Чей мяч дальше?» - удар по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега. 3. «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой. | Упражнения с мячом |

| | | | |
|----|--|--|--------------------|
| | | <ol style="list-style-type: none"> 4. Игровое упражнение: «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. 5. Подвижная игра: «Задержи мяч». 6. Игра в футбол. | |
| 13 | <u>«Ведение мяча с изменением направления, остановка мяча»</u> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ведение мяча «по прямой» правой и левой ногой. 2. Ведение мяча между ориентирами. 3. Игровое упражнение «Точный удар» - игра в парах: удар по неподвижному мячу, остановка мяча – игровая задача – не потерять мяч. 4. Подвижная игра «Пустое место». 5. Игра в футбол. | Упражнения с мячом |
| 14 | <u>«Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку»</u> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ведение мяча «по прямой» правой и левой ногой. 2. Ведение мяча между ориентирами на скорость. 3. Игровое упражнение «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. 4. Подвижные игры: «Блуждающий мяч»; «У ребят порядок строгий». 5. Малоподвижная игра «Запомни и замри». | Упражнения с мячом |
| 15 | <u>«Ведение мяча с изменением направления, скоростное ведение»</u> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. 2. «Вокруг Света» - удар мяча о стену и обратно. 3. Ведение мяча в прямом направлении на скорость. 4. Игровое упражнение «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. 5. Подвижная игра «Ловкий оленевод». 6. Игра в футбол. | Упражнения с мячом |
| 16 | <u>«Ведение с изменением направления, передача мяча»</u> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Удары по воротам. 2. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. 3. Передача мяча ногой по кругу. 4. Игровые упражнения «Вокруг света», «Не выпускать мяч из круга». 5. Подвижная игра: «Меткий стрелок». 6. Игра в футбол. 7. Развлечение «Эстафета с мячом». | Упражнения с мячом |
| 17 | <u>«Передача мяча, ведение»</u> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Передача мяча партнеру. 2. Ведение мяча между ориентирами. 3. Игровые упражнения: «Футбол вдвоем», «Ловкие ребята». 4. Подвижная игра: «Шишки, желуди, орехи». 5. Игра в футбол. | Упражнения с мячом |
| 18 | <u>«Техника владения мячом»</u> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Техника владения мячом (перекаты мяча на месте). 2. Метание набивного мяча от груди двумя руками. 3. Игровые упражнения «Серпантин», «Передал - садись» - броски и ловля мяча. 4. Подвижная игра: «Ловля оленей». 5. Малоподвижная игра «Летает - не летает». | Упражнения с мячом |
| 19 | <u>«Техника владения мячом»</u> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Техника владения мячом (перекаты мяча в движении). 2. Передача мяча друг другу, стоя на месте. 3. Игровые упражнения: «Светофор» (во время | Упражнения с мячом |

| | | | |
|----|--|--|--------------------|
| | | <p>выполнения бега по кругу на красный цвет принять стойку баскетболиста), «Три мяча».</p> <p>4. Подвижная игра: «Волк и олени».</p> <p>5. Игра в футбол.</p> | |
| 20 | <u>«Техника передвижения»</u> | <p>1. Передвижение приставными шагами (правым/левым боком, вперед/назад).</p> <p>2. Игровые упражнения: «Найди свой цвет»; «Туннель» - прокатывание мяча между ног; «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе; «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч.</p> <p>3. Подвижная игра: «Стой!».</p> <p>4. Игра в футбол.</p> | Упражнения с мячом |
| 21 | <u>«Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча»</u> | <p>1. Ведение мяча вокруг себя правой, левой ногой. Подъем мяча.</p> <p>2. Игровые упражнения: «Туннель» - прокатывание мяча между ног; «Лови, бросай – падать не давай» - перебрасывание мяча друг другу в быстром темпе.</p> <p>3. Подвижная игра: «За мячом».</p> <p>4. Малоподвижная игра: «Будь внимателен».</p> | Упражнения с мячом |
| 22 | <u>«Ведение с последующим ударом по воротам»</u> | <p>1. Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам.</p> <p>2. Ведение мяча правой, левой ногой и вокруг себя.</p> <p>3. Игровое упражнение: «Три мяча» - поочередно переносить мячи из обруча в обруч – по три мяча.</p> <p>4. Подвижная игра: «Меткий стрелок» - попадание мячом в обруч.</p> <p>5. Игра в футбол.</p> | Упражнения с мячом |
| 23 | <u>«Ведение с последующим ударом по воротам»</u> | <p>1. Ведение мяча правой, левой ногой с последующим ударом по воротам.</p> <p>2. Удар мяча в цель.</p> <p>3. Игровые упражнения: «Найди свой цвет», «Будь ловким» - ведение мяча с препятствиями (веревочка);</p> <p>4. «Попади в ворота» - удар мяча в ворота разными способами, с разных точек.</p> <p>5. Подвижная игра: «Мяч с топотом».</p> <p>6. Игра в футбол.</p> | Упражнения с мячом |
| 24 | <u>«Челночный бег»</u> | <p>1. Челночный бег.</p> <p>2. Ведение мяча - челнок.</p> <p>3. Игровое упражнение: «Вышло солнце из-за речки»; «По кочкам» (прыжки); «Дойди – не урони» - ведение мяча в средней и высокой стойке до черты.</p> <p>4. Подвижная игра: «Успей поймать!».</p> <p>5. Малоподвижная игра: «Ухо-лоб-нос».</p> | Упражнения с мячом |
| 25 | <u>«Школа мяча, развитие равновесия»</u> | <p>1. Передача мяча двумя руками от груди в парах.</p> <p>2. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи.</p> <p>4. Игровое упражнение: «Горячая картошка».</p> | Упражнения с мячом |

| | | | |
|----|--|---|--------------------|
| | | <p>5. Подвижная игра: «У кого меньше мячей».</p> <p>6. Игра в футбол.</p> | |
| 26 | <u>«Передача мяча»</u> | <p>1. Передача мяча.</p> <p>2. Подскоки с продвижением вперед, мяч за головой.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи.</p> <p>4. Игровое упражнение на равновесие: «Колобок».</p> <p>5. Подвижная игра: «У кого меньше мячей».</p> <p>6. Игра в футбол.</p> | Упражнения с мячом |
| 27 | <u>«Прыжки из стороны в сторону, подъем мяча»</u> | <p>1. Прыжки на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая его справа и слева. Перебрасывание мяча друг другу через шнур.</p> <p>2. Игровое упражнение: «Головой удерживая мяч».</p> <p>3. Подвижная игра: «Охотники и звери».</p> <p>4. Малоподвижная игра: «У кого мяч».</p> | Упражнения с мячом |
| 28 | <u>«Передача мяча в тройках, прыжки»</u> | <p>1. Передача мяча в тройках.</p> <p>2. Закреплять умение прыгать на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая, его справа и слева.</p> <p>3. Игровое упражнение: «Головой удерживая мяч».</p> <p>4. Подвижная игра: «Поймай мяч».</p> <p>5. Игра в футбол.</p> <p>6. Развлечение «Эстафета»</p> | Упражнения с мячом |
| 29 | <u>«Умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра»</u> | <p>1. Беседа: «Умей нападать, умей защищаться».</p> <p>2. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3 на 3.</p> | Упражнения с мячом |
| 30 | <u>«Умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра»</u> | <p>1. Беседа: «Умей нападать, умей защищаться».</p> <p>2. Турнир по упрощенной игре 2 на 2, 3 на 3.</p> | Упражнения с мячом |
| 31 | <u>«Ведение мяча «змейкой». Удар по воротам».</u> | <p>1. Ведение мяча змейкой – 10 м, не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой);</p> <p>2. Удар по воротам – (расстояние 4 м, размеры ворот – 1 х 2 м).</p> <p>3. Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока.</p> | Упражнения с мячом |
| 32 | <u>«Ведение мяча «змейкой». Удар по воротам».</u> | <p>1. Ведение мяча змейкой – 10 м, не теряя мяча (Ведение мяча осуществляется последовательными толчками, внешней или внутренней стороной стопы, поочередно то правой, то левой ногой);</p> <p>2. Удар по воротам – (расстояние 4 м, размеры ворот – 1 х 2 м).</p> <p>3. Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока.</p> | Упражнения с мячом |
| 33 | <u>«Ознакомление с обманными движениями»</u> | <p>1. Ознакомление с обманными движениями.</p> <p>2. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола.</p> <p>3. Подвижные игры: «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом».</p> <p>4. Игра в футбол.</p> | Упражнения с мячом |

| | | | |
|------------------------|--|---|---------------------------|
| 34 | <u>«Ведение мяча с обманными движениями»</u> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ведение мяча с обманными движениями. 2. Передача мяча в парах. 3. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. 4. Подвижная игра: «Отбивка оленей». 5. Малоподвижная игра: «Жучок на спине» – формирование правильной осанки. | Упражнения с мячом |
| 35 | <u>«Ведение мяча с ударом»</u> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ведение мячом с ударом по воротам. 2. Эстафета «Тачка» - один из игроков, передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч, другой удерживает его ноги. 3. Подвижная игра: «Кого назвали – тот и ловит мяч». 4. Игра в футбол. | Упражнения с мячом |
| 4 раздел - диагностика | | | |
| 36 | <u>«Ведение с дальнейшей передачей мяча партнеру». Диагностика</u> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Правила игры в баскетбол, в футбол 2. Ведение и передача мяча. 3. Бросание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. 4. Подвижные игры: «Не урони мяч», «Мы веселые ребята - с мячом». 5. Игра в футбол. | Опрос, упражнения с мячом |

1.5. Планируемые результаты освоения программы

К концу курса дети должны:

Знать / понимать:

- роль занятий по физической культуре для физического развития;
- правила поведения и техники безопасности на занятиях и в спортивном зале;
- названия и упрощенные правила игры в футбол.

Уметь:

- свободно ориентироваться на площадке;
- выполнять различные действия с мячом: бросать и ловить, катать, метать;
- взаимодействовать друг с другом во время игры;
- выполнять основные приемы техники спортивных игр футбол, баскетбол;
- подчинять свои интересы интересам команды.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Школа мяча»

| №п/п | Наименование раздела, темы | Количество часов | | | Формы текущего контроля |
|------|----------------------------|------------------|-----------------------|----------------------|-------------------------|
| | | Всего | В том числе | | |
| | | | Теоретические занятия | Практические занятия | |
| | | | | | |

| <i>Диагностика</i> | | | | | |
|---|---|-----------|------------|-------------|---------------------------|
| 1 | «Школа мяча» Адаптация Диагностика | 2 | 0 | 2 | Наблюдение |
| «Школа мяча» (баскетбол, упрощенный вариант) | | | | | |
| 2 | «Школа мяча» | 3 | 0 | 3 | Упражнения с мячом |
| 3 | «Ведение мяча» | 5 | 0 | 5 | Упражнения с мячом |
| «Школа мяча» (футбол) | | | | | |
| 4 | Техника передвижения, ведение мяча | 1 | 0 | 1 | Упражнения с мячом |
| 5 | Удар по неподвижному мячу | 1 | 0 | 1 | Упражнения с мячом |
| 6 | Остановка мяча | 1 | 0 | 1 | Упражнения с мячом |
| 7 | Ведение мяча с изменением направления. | 3 | 0 | 3 | Упражнения с мячом |
| 8 | Передача мяча. | 1 | 0 | 1 | Упражнения с мячом |
| 9 | Техника владения мячом | 2 | 0 | 2 | Упражнения с мячом |
| 10 | Техника передвижения | 1 | 0 | 1 | Упражнения с мячом |
| 11 | Ведение мяча вокруг себя. Подъем мяча | 2 | 0 | 2 | Упражнения с мячом |
| 12 | Ведение с последующим ударом по воротам | 2 | 0 | 2 | Упражнения с мячом |
| 13 | Челночный бег | 1 | 0 | 1 | Упражнения с мячом |
| 14 | Развитие равновесия. | 1 | 0 | 1 | Упражнения с мячом |
| 15 | Передача мяча в тройках | 2 | 0 | 2 | Упражнения с мячом |
| 16 | Умей нападать, умей защищаться. Упрощенная игра | 2 | 0 | 2 | Упражнения с мячом |
| 17 | Ведение мяча змейкой | 2 | 0 | 2 | Упражнения с мячом |
| 18 | Ознакомление с обманными движениями | 2 | 0 | 2 | Упражнения с мячом |
| 19 | Ведение мяча с ударом | 1 | 0 | 1 | Упражнения с мячом |
| <i>Диагностика</i> | | | | | |
| 20 | Диагностика | 1 | 0,5 | 0,5 | Опрос, упражнения с мячом |
| Итого объем программы | | 36 | 0,5 | 35,5 | |

2.2. Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа мяча»

| №п /п | Мес яц | Чи сло | Время провед ения заняти я | Форма занятия | Кол ичес тво часо в | Тема занятия | Место проведе ния | Форма контроля |
|-------|-----------|-----------|--|------------------|---------------------------------|--------------|-------------------------|-------------------|
| | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|----|----------|----|-------------|----------------------|---|---|---------------|-----------------------|
| 1 | Сентябрь | 2 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | Адаптация Диагностика | Спорт. зал | Наблюдение |
| 2 | | 9 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | Адаптация Диагностика | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 3 | | 16 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Школа мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 4 | | 23 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Школа мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 5 | Октябрь | 7 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Школа мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 6 | | 14 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Школа мяча, ведение мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 7 | | 21 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Школа мяча, ведение мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 8 | | 28 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Школа мяча, ведение мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 9 | Ноябрь | 5 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Школа мяча, ведение мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 10 | | 11 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Школа мяча, ведение мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 11 | | 18 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Техника передвижения, ведение мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 12 | | 25 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Удар по неподвижному мячу, ведение мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 13 | Декабрь | 2 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ведение мяча с изменением направления, остановка мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 14 | | 9 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ведение мяча с изменением направления, игра в «стенку» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 15 | | 16 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ведение мяча с изменением направления, скоростное ведение» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 16 | | 23 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ведение с изменением направления, передача мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 17 | Январь | 9 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Передача мяча, ведение» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 18 | | 13 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Техника владения мячом» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |

| | | | | | | | | |
|----|---------|----|-------------|----------------------|---|---|---------------|--------------------|
| 19 | | 20 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Техника владения мячом» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 20 | | 27 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Техника передвижения» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 21 | Февраль | 3 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ведение мяча вокруг себя, подъем мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 22 | | 10 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ведение с последующим ударом по воротам» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 23 | | 17 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ведение с последующим ударом по воротам» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 24 | | 24 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Челночный бег» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 25 | Март | 3 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Школа мяча, развитие равновесия» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 26 | | 10 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Передача мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 27 | | 17 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Прыжки из стороны в сторону, подъем мяча» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 28 | | 24 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Передача мяча в тройках, прыжки» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 29 | Апрель | 7 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 30 | | 14 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Умей нападать, умей защищаться, упрощенная игра» | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 31 | | 21 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ведение мяча «змейкой». Удар по воротам». | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 32 | | 28 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ведение мяча «змейкой». Удар по воротам». | Спорт. зал | Упражнения с мячом |
| 33 | Май | 6 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ознакомление с обманными движениями» | Физ. площадка | Упражнения с мячом |
| 34 | | 13 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ведение мяча с обманными движениями» | Физ. площадка | Упражнения с мячом |
| 35 | | 20 | 17.30-18.00 | Практическое занятие | 1 | «Ведение мяча с ударом» | | Упражнения с мячом |
| 36 | | 27 | 17.30- | Практическое | 1 | Диагностика | | Опрос, |

| | | | | | | | | |
|--|--|--|-------|---------|--|--|--|--------------------|
| | | | 18.00 | занятие | | | | упражнения с мячом |
|--|--|--|-------|---------|--|--|--|--------------------|

2.3. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение.

| <i>ФИО, педагога, реализующего программу</i> | <i>Должность, место работы</i> | <i>Образование</i> |
|--|--|--------------------|
| Просвирякова Елена Юрьевна | Воспитатель, МБДОУ «Детский сад №18 «Изюминка» | Высшее |

Материально-техническое обеспечение программы

Материально-техническое обеспечение реализации дополнительной программы «Школа мяча» соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам; правилам пожарной безопасности и электробезопасности; средства обучения и воспитания соответствуют возрасту и индивидуальным особенностям развития детей с ОВЗ; помещения оснащены соответствующей развивающей предметно-пространственной средой.

Занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Школа мяча» проводятся в музыкально-спортивном зале, в теплое время года – на спортивной площадке.

| <i>Место проведения занятий</i> | <i>Оснащенность</i> |
|---------------------------------|--|
| Физкультурный зал | -мультимедийный проектор, экран; -музыкальный центр – 1; - развивающие игры, диски, аудиокассеты; - демонстрационный материал; - атрибуты к подвижным и малоподвижным играм; -спортивное оборудование (флажки, ленточки, платочки, мячи (баскетбольный, волейбольный, футбольный, детские резиновые), скакалки, шнуры, обручи, кегли, мешочки с песком, нетрадиционное физкультурное оборудование, оборудование для закаливания и коррекционной работы, нетрадиционное спортивное оборудование). - скамейки. |
| Спортивная площадка на улице | - беговая дорожка; - бревно; - лабиринт; - щит баскетбольный; - гимнастический комплекс; - скамейки; - прыжковая яма. |

Основное спортивное оборудование: мячи резиновые разного диаметра, мячи надувные, набивные;

Дополнительное оборудование: мишени, дуги, кольца баскетбольные, веревка (сетка) волейбольная, кегли, скамейки гимнастические, футбольные ворота.

Часто используемый материал: мячи резиновые диаметром 12 см и 16 см, 2 гимнастические скамейки, набивные мячи, ворота для футбола.

Информационное обеспечение:

Утвержденная программа.

Методические разработки по разделам программы.

Специальная литература (журналы, книги, пособия, справочная литература).

Диагностический инструментарий.

Специальные условия:

В целях доступности получения дополнительного образования обучающимися с тяжелыми нарушениями речи программа предусматривает создание следующих специальных условий:

1. Содержание теоретического материала адаптировано в соответствии с речевыми и физическими возможностями обучающихся;
2. Преимущественное использование методов и приемов демонстрации, показа действий, зрительного образца;
3. Стимуляция речевой активности и коммуникации (комментирование выполняемых действий, словесные отчеты о выполненных действиях, формулирование вопросов, поддержание диалога, информирование о возникающих проблемах);
4. Обеспечение понимания обращенной речи (четкое, внятное проговаривание инструкций, коротких и ясных по содержанию);
5. Нормативные речевые образцы (грамотная речь педагога);
6. Расширение пассивного и активного словаря обучающихся с тяжелыми нарушениями речи за счет освоения специальной терминологии

2.4. Формы, порядок текущего контроля

Формы контроля – упражнения с мячом:

- 1) Техника передвижения игрока: - ходьба в сочетании с бегом - бег с изменением направления - бег с изменением скорости - бег приставными шагами - бег спиной вперед - бег с высоким подниманием бедра - бег челночный - защитная стойка - прыжки на одной и на двух ногах - прыжки вперед, назад и в стороны
- 2) Удар по мячу: - внутренней стороной стопы по неподвижным и катящимся мячам - удар серединой подъема по неподвижным и катящимся мячам - удары по неподвижному мячу: после прямолинейного бега; после зигзагообразного - прямолинейное ведение и удар - обводка стоек и удар
- 3) Остановка мяча: - остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы - остановка катящегося мяча подошвой - остановка мяча катящегося под разным углом - остановка мяча летящего стопой, бедром
- 4) Ведение мяча: - ведение внешней стороной подъема - ведение с разной скоростью и сменой направления - ведение с обводкой стоек - ведение с применением обманных движений - ведение с последующим ударом в цель - ведение после остановок разными способами
- 5) Передача мяча: - передачи, выполняемые разными частями стопы - передачи короткие и средние - передача неподвижного мяча
- передача катящегося мяча
- 6) Тактическая подготовка: - «Открывание» - передачи - ведение и обводка - удары по воротам - обманные движения

7) Теоретическая подготовка: - футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире - учимся играть в футбол - умеете нападать, умеете защищать - простейшие правила игры - как избежать травматизма - как достичь положительного результата.

Промежуточная аттестация программой не предусмотрена.

2.5. Оценочные материалы

Оценка и анализ работы за определенное время (год) помогает педагогу выявить положительные и отрицательные результаты в работе, оценить эффективность педагогических воздействий. Автор методики – Макарова Т.А., руководитель.

Метод диагностики: тестовые задания на выявление уровня владения мячом.

Критерии оценки выполнения:

3 балла – правильное выполнение движений, навык сформирован и автоматизирован;
 2 балла – неправильное выполнение после третьего движения, есть отдельные изолированные движения, но навык не автоматизирован;
 1 балл – ребёнок не может выполнить задание уже на втором движении;
 0 баллов – отказ от выполнения движения.

Диагностика по определению уровня освоения программы

| № п\п | Ф.И. ребенка | Виды движений | | | | | | | | | | | Сумма баллов. Уровень | | |
|-------|--------------|----------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|-------------------|----------------|-------------|--------------------------|--|-----------------------|---|---|
| | | бросание | | отбивание | | метание | | | забрасывание | | Элементы спортивной игры | | | | |
| | | вверх и ловля двумя руками | в пазах | двумя руками стоя на месте | одной рукой с продвижением вперед | одной рукой с продвижением вперед | в горизонтальную цель с R 4м | вдаль не менее 6м | в корзину полу | в баскетбол | в футбол | | | | |
| | | с | м | | | | | | | | | | | с | м |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

Высокий уровень - от 24 до 33 баллов

Средний уровень – от 14 до 23 балла

Низкий уровень – от 0 до 13 баллов

2.6. Методические материалы

Методы успешной реализации программы:

- словесные (объяснение);
- наглядные (наблюдение, рассматривание);

- практические (показ выполнения упражнений с мячом);
- игровые (подвижные игры, спортивные игры).

Специальные методы обучения и воспитания

При выполнении упражнений с мячами детьми с ОНР используются следующие специальные методы:

1. *Повторный метод* - заключается в многократном выполнении упражнений при сохранении содержания, величины, характера нагрузки (например, выполнение бросков мяча с одного и того же места определенным способом).
2. *Интервальный метод* - предполагает многократное повторение упражнения при строгой регламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями.
3. *Вариативный метод* - предполагает выполнение одного и того же упражнения с мячами разного веса и в разных условиях (облегченных, нормальных и усложненных).
4. *Метод сопряженных взаимодействий* - основан на взаимосвязи развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков. Для этого используются специальные упражнения (в частности, с набивными мячами), направленные на развитие необходимых двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия).
5. *Игровой метод* - характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуаций при наличии определенного сюжета и конечной цели. Он используется для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности.
6. *Соревновательный метод* - это специально организованные состязания с использованием мячей (малых, больших, набивных), в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы. Этот метод применяется при воспитании физических качеств, совершенствовании технических приемов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся. При использовании этого метода у дошкольников с ОВЗ происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма.
7. *Метод круговой тренировки* - предусматривает выполнение серии упражнений (например, с набивными мячами) на специально подготовленных местах («станциях»). Состав упражнений подбирается с расчетом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности обучающихся.

Используемые педагогические технологии:

- здоровьесберегающие: физкультурно-оздоровительные (направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка — технологии развития физических качеств, закаливания, дыхательной гимнастики и др.); обучения здоровому образу жизни;
- информационно-коммуникативные;
- игровые технологии.

Основная форма организации учебного занятия – практическое занятие.

Обучение навыкам владения мячом состоит из трех этапов:

1. *Начальный или подготовительный этап.* Основной его задачей является развитие у детей координации движений, умения следить за траекторией полета мяча, выработки быстрой ответной реакции на летящий мяч. На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом.
2. *Этап углубленного разучивания.* Главная его задача – сделать действия детей направленными, осознанными. В этот период дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом.
3. *Этап закрепления и совершенствования (основной).* На этом этапе дети закрепляют полученные знания и навыки владения мячом, используя их в проведении спортивных игр и эстафет.

2.7. Иные компоненты

Игровые упражнения

1. Удары ногой по подвешенному мячу.
2. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с одного, двух, трех шагов.
3. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега.
4. Один ребенок катит мяч, другой сбоку ударяет по нему ногой.
5. Бросок мяча в стенку и прием отскочившего мяча под подошву (внутренней стороной стопы).
6. Удар мяча ногой в стенку и его прием.
7. Бросать мяч руками вверх и принимать его на подошву.
8. Один ребенок катит мяч руками, другой останавливает его ногой.
9. Один ребенок посылает мяч ногой, другой останавливает его (тоже ногой).
10. Вести мяч правой и левой ногой по прямой.
11. Вести мяч толкая его поочередно то правой, то левой ногой по прямой.
12. Вести мяч ломаными линиями, толчками одной и поочередно то правой, то левой ногой.
13. Вести мяч вокруг стоек.
14. Вести мяч вокруг стоек и ударять по воротам.
15. Вести мяч меняя темп передвижения.
16. Вести мяч с ускорением и ударять по воротам.
17. Бросать мяч из-за головы двумя руками.
18. Бросать мяч по цели на точность попадания.
19. Один ребенок бросает мяч, другой принимает его.
20. Один ребенок ведет мяч ногой, другой улавливает момент и вступает в борьбу за мяч.
21. Один ребенок стоит в воротах, другой с 4 — 5 м легко ударяет по мячу, тот ловит и бросает обратно.
22. Вратарь стоит в воротах. 2 — 3 детей поочередно посылают мячи, вратарь должен ловить все мячи в воздухе или направлять мячи ногой в поле.

Подвижные игры

Подвижная цель.

Все дети делятся на несколько групп, каждая группа становится в круг, водящий — в центре. Дети передают друг другу мяч ногой, стараясь попасть в водящего. Попавший становится водящим, а ребенок, бывший водящим, встает в круг.

Мячом можно ударять только в ноги водящего.

Ведение мяча парами.

Дети делятся по двое. У одного из них — мяч. Он ведет мяч ногой по прямой, а другой бежит рядом без мяча меняя темп бега. Ведущий мяч должен не отставать от партнера. Через несколько минут дети меняются ролями.

Гонка мячей.

Все дети свободно располагаются на площадке, у каждого — по мячу. После сигнала воспитателя все ведут мяч ногой, стараясь не сталкиваться друг с другом.

Вариант. То же, но по первому сигналу воспитателя игроки ведут мяч в быстром темпе, по следующему сигналу — в медленном.

Задержи мяч.

Дети становятся в круг — это нападающие, внутри круга — защитник. Нападающие быстро передают ногой друг другу мяч так, чтобы он катился по земле, а защитник старается задержать его. Если ему это удастся сделать, то он меняется местами с тем нападающим, который отбивал мяч последним.

Если в игре участвует много детей, то могут быть 2 — 3 защитника.

Игра в футбол вдвоем.

Дети становятся парами. Каждый игрок чертит вокруг себя круг диаметром 2 — 3 м. Игроки передают мяч друг другу отбивая его то правой, то левой ногой, стараясь попасть мячом в круг соперника. Выигрывает ребенок, забивший больше мячей в круг противника.

Забей в ворота.

Несколько играющих детей (4—6) становятся на линию, отмеченную в 5 м от ворот, — это нападающие. Двое детей (3) — защитники, они располагаются между линией и воротами. Нападающие по очереди забивают в ворота три мяча. Защитники стараются поймать мячи и возвращают обратно нападающим. Затем дети меняются ролями. Выигрывает тот ребенок, который больше забивает мячей в ворота.

У кого больше мячей.

Дети образуют две разные команды. Каждая из них берет два мяча и располагается на своей половине площадки. Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 40 — 50 см от земли. После сигнала воспитателя дети стараются ударом ноги так направить мяч, чтобы он, прокатившись под сеткой, остановился на противоположной стороне площадки. Выигрывает та команда, у которой после второго сигнала воспитателя находится меньше мячей, или — проигрывает та команда, у которой одновременно окажется четыре мяча.

Футболист.

Дети становятся в линию или круг. В центре круга (или перед играющим) кладется мяч. По сигналу воспитателя ребенок закрывает глаза, делает поворот, идет к мячу и старается ударить по нему ногой.

Забей гол.

В игре одновременно участвуют две команды. Над средней линией поля (20X 10 м) на высоте 70 — 80 см натягивают шнур. По обеим сторонам поля в 2 м от средней линии чертятся ограничительные полосы. Каждая из команд располагается на своей половине. В игру вводится два мяча. Игроки пытаются ударом ноги так направить мяч, чтобы он вышел за пределы площадки соперников, т. е. забить гол. Однако гол засчитывается лишь в том случае, если мяч пересечет лицевую линию поля. Запрещается производить удары по мячу, находящемуся между ограничительной и средней линиями поля. Побеждает команда, сумевшая за условленное время забить больше голов.

Смена сторон.

В игре одновременно участвуют две команды, в составе 7 — 10 игроков. На площадке в 15 — 20 м друг от друга обозначаются две параллельные черты. Каждая команда располагается за своей линией. Все дети имеют по мячу. По сигналу игроки обеих команд начинают вести мячи (ногами) к линии соперников. Как только мяч пересечет линию, игрок берет его в руки и

поднимает вверх. Побеждает команда, игроки которой сумеют быстрее перебраться на сторону соперников.

Футбольный слалом.

На площадке обозначается линия старта, за которой команды по 6 — 8 игроков строятся в колонны. Первые номера каждой команды имеют по мячу. Перед каждой командой на расстоянии 2,5 м — 3 м один от другого устанавливают 6 флажков. По сигналу первые номера устремляются вперед, обводя «змейкой» флажки, и таким же образом возвращаются назад. На линии старт — финиш игрок останавливает мяч и передает его следующему участнику и т. д. Побеждает команда, быстрее закончившая игру.

С двумя мячами.

В игре принимают участие пары. Они располагаются на противоположных сторонах коридора шириной 4 м на расстоянии 5 — 6 м друг от друга. Коридор можно обозначить тесьмой или флажками. Оба игрока имеют по мячу. По сигналу они одновременно направляют мяч друг другу, а затем ударом по катящемуся мячу вновь возвращают его обратно. Если мячи столкнулись или один из них вышел за пределы коридора, пара заканчивает соревнование. Побеждает пара, сумевшая дольше других без ошибок выполнить упражнение.

Сильный удар.

На площадке обозначается линия удара, а далее — коридор шириной 10 м. Играющие поочередно совершают по 3 удара левой и правой ногой, стремясь послать мяч как можно дальше. Попытка засчитывается, если мяч приземлится в пределах коридора. Побеждает ребенок, пославший мяч дальше других (берется результат одной попытки).

Попади в мишень.

Дети поочередно с расстояния 7 — 10 м стремятся попасть в круг диаметром 1 м, обозначенный на деревянном щите или стенке. Каждый выполняет по 3 удара правой и левой ногой по неподвижному мячу. Побеждает ребенок, сумевший сделать больше точных попаданий. Игру можно провести и как командную. В этом случае победительницей считается команда, игроки которой в сумме забили больше голов.

Пингвины с мячом.

В игре участвуют две команды, которые выстраиваются в колонны за линией старта. В 5 — 8 м от детей — флажки. По сигналу первые номера каждой команды, зажав между коленями мяч, устремляются к флажку (дети переваливаются с ноги на ногу, словно пингвины). Добежав до флажка, они ударом ноги направляют мяч через площадку вторым номерам, а сами становятся в конец колонны. Игра заканчивается, когда все «пингвины» выполнят перебежки и мяч снова окажется у первого номера колонны. Если ребенок потеряет мяч во время бега, нужно взять его и продолжать игру.

Специальные упражнения

Дыхательные упражнения

Носик балуется.

На вдохе ребенок оказывает сопротивление воздуху, надавливая большим и указательным пальцами одно руки на крылья носа.

Смешинка.

Сделать глубокий вдох и на выдохе произносить: «Ха-ха-ха-ха-ха!».

Шарик лопнул.

Широко развести руки в стороны и глубоко вдохнуть носом, выдуть его в воображаемый шарик через рот «ф-ф-ф...», медленно соединяя ладони под шариком. Затем по хлопку ведущего шарик лопается — дети хлопают в ладоши, произнося: «ш-ш-ш...».

Подуй на листик.

Сделать глубокий вдох и подуть на воображаемый листик на ладони.

Летят мячи.

Стоя, руки с мячом подняты вверх. Бросить мяч от груди вперёд. При этом на выдохе произнести: «Ух-х-х-х!».

Ветер и листья.

После вдоха задержать дыхание и на выдохе, раскачивая поднятыми руками, продолжительно произнести: «ф-ф-ф-ф», затем на одном выдохе произнести несколько раз «п-п-п», делая ступенчатый выдох, постепенно опуская руки вниз.

Ёжик.

Сидя на коврике, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях и подтянуть их к груди, медленный выдох на звуке «ф-ф-ф-ф». Выпрямить ноги -вдох.

Каша кипит.

Сидя, одну руку положить на живот, другую на грудь. Втянуть живот и набрать воздух в грудь, опустить грудь (выдыхая воздух) и выпятить живот (выдох), громко произносить: «пых-х-х-х-х!»

Ветер дует.

Изобразить завывания осеннего ветра: «у-у-у-у-у». Громко (сильный ветер), тихо (слабый ветер).

Лесной воздух.

Подышать лесным воздухом: вдох носом, выдох ртом.

Маятник.

Стоя, н.ш.п. палку держать за спиной на уровне нижних углов лопаток. Наклонять туловище в стороны. При наклоне – выдох, произносить: «тух-х-х-х....».

На турнике.

Стоя, палку держать перед собой. Поднять палку вверх, подняться на носки – вдох, палку опустить назад на лопатки – выдох. На выдохе произносить: «ш-ш-ш-ш...».

Подуй на снежинку.

Выполнить глубокий вдох, длинным выдохом подуть на воображаемую снежинку на ладошке.

Хлопушка.

Стоя, н.ш.п. руки в стороны. Сделать глубокий вдох носом, резкий наклон – выдох, произнести: «хлоп!».

Молодцы.

Сделать вдох, задержать дыхание. На выдохе произнести: «мо-лод-цы!».

Дровосек.

Стоя, н.ш.п. руки над головой в замке. Сделать глубокий вдох носом. Резкий наклон – выдох, произнести: «у-у-у-у-у-х!».

Ах!

Сделать вдох, задержать дыхание, на выдохе произнести: «а-а-а-а-х!».

Вырасти большой.

Стоя, руки вверху. Хорошо потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки, опуститься на ступню – выдох, произнести: «у-у-у-х-ты!».

Стёклышко.

Сделать вдох, открытым ртом выполнить выдох, как бы подышать на замёршее окошко.

Мыльные пузыри.

Сделать вдох, на выдохе надуть воображаемый мыльный пузырь, сложив губы трубочкой.

Апчи!

Выполнить вдох, вдыхая воздух толчками: «а-а-а». Выполнить выдох, произнести: «пчхи!».

Гармошка.

Положить руки на рёбра, сделать вдох и на выдохе произнести: «ш-ш-ш», как бы выжимая воздух из лёгких.

Партизаны.

Стоя, в руках палка («ружьё»). Ходьба, высоко поднимая колени. На два шага вдох, на 6-8 шагов – выдох (медленный) с произнесением: «ти-ш-ш-ше».

Обед.

Кто готовит праздничный обед 8 марта? (Папа). Какие запахи на кухне? (Вкусные). Давайте почувствуем эти запахи: вдох через нос – выдох через рот.

Насос.

Стоя, н.ш.п. руки согнуты в локтях перед грудью. Вдох, наклон – выдох, руки выпрямить и произнести: «с-с-с-с...».

Художники.

Вдох, на выдохе рисовать воображаемые фигуры, сложив губы трубочкой.

Дятел.

На выдохе произнести как можно дольше: «д-д-д-д...», ударяя кулачками друг о друга.

Дуем друг на друга.

Дети стоят в парах. Сделать вдох, на выдохе подуть друг на друга.

Полёт в космос.

Стоя в кругу, дети образуют «ракету», делают дружный вдох. На выдохе произносят: «а-а-а-а...», как бы взлетая на ракете, постепенно повышая голос.

Нырлящики.

Вдох через нос, присесть – «нырнуть», задержать дыхание. Выпрямиться, выполнить выдох – «вынырнуть».

2.8. Список литературы

1. Нищева Н.В., Гавришева Л.Б., Кириллова Ю.А. Комплексно-тематическое планирование коррекционной и образовательной деятельности в группе компенсирующей направленности ДОО для детей с тяжелыми нарушениями речи (с 5 до 6 лет и с 6 до 7 лет). – СПб.: ООО ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2021.
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. . – 2-е изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2021.
3. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для работы с детьми 6-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.