

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Ермаковский детский сад №3 комбинированного вида»**

---

**ПРОГРАММА КЛУБА ПО ИНТЕРЕСАМ ДЕТЕЙ  
ПИОНЕРБОЛ «БЫСТРЫЙ МЯЧ»  
на 2023 – 2024 учебный год**

Составитель: инструктор по физическому воспитанию: Лебедева Л.Л

с. Ермаковское

## Содержание

Введение.....	3
Актуальность.....	4
Цели и задачи программы .....	5
Методические рекомендации и правила игры в пионербол.....	7
Планирование реализации программы в течение года.....	12
Подвижные игры с элементами пионербола .....	20
Качественные показатели двигательных умений и навыков движений с мячом.....	23
Литература .....	25
Приложение .....	26

## Введение

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в этом возрастном периоде закладываются основы здоровья, правильного физического развития, происходит становление двигательных способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту, воспитываются личностные, морально-волевые и поведенческие качества.

В соответствии ФГОС дошкольного образования физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Одними из средств достижения вышеуказанных задач являются подвижные игры, значительное место среди которых в двигательной деятельности дошкольника отводится играм с мячом. На протяжении всего дошкольного детства игры с мячом усложняются и как бы «растут» вместе с ребенком, составляя огромную радость детства. И уже в старшем дошкольном возрасте дети играют в подвижные игры с элементами спорта. Такие игры дают возможность каждому ребенку почувствовать важность участия в совместных действиях, помощи друг другу для достижения результата и успеха, то есть приобщают детей к универсальным ценностям человеческой жизни: доброте, коллективизму, взаимопомощи. Непременное выполнение правил спортивных игр способствует воспитанию выдержки, честности, справедливости, ответственности перед командой, умения считаться с другими детьми. Дети приучаются самостоятельно находить выход из создавшейся игровой ситуации, добиваются высоких личных результатов, заботятся об общекомандном результате и стремятся к творчеству в игре.

Среди игр с элементами спорта можно выделить игру «пионербол» – один из вариантов игры в волейбол по облегченным правилам. При правильной организации этой игры открываются большие возможности для эффективного оздоровительного влияния на детский организм. В процессе игры хорошую тренировку получают органы дыхательного аппарата и сердечно-сосудистой системы. Игра в пионербол положительно влияет и на зрение детей, так как во время игры взгляд сосредотачивается на мяче, что заставляет работать мышцы глаза.

## Актуальность

Желание двигаться у ребенка заложено самой природой. Но в современном обществе наблюдается следующее противоречие: с одной стороны, очевидна и общепризнана роль движений в целостном развитии ребенка; с другой стороны, двигательная активность, различные формы ее целенаправленной организации занимают более чем скромное место в жизни современного ребенка-дошкольника.

Все чаще можно встретить во дворе скучающих, равнодушных к спортивным и подвижным играм детей. Многие ребята вообще перестали выходить во двор, отдавая предпочтение другим видам деятельности: просмотру мультфильмов, компьютерным играм, занятиям с конструкторами. В результате сегодняшние дети практически не способны образовывать спонтанные коллективы, самостоятельно организовывать групповые игры. Утеряны детские разновозрастные «дворовые» сообщества. Некому передать опыт коллективной игры. Сегодня крайне редкое явление – родители, играющие с ребенком.

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.

Возникшая проблема подтолкнула меня к необходимости введения кружка по обучению спортивной игре пионербол «Быстрый мяч». Во-первых, идею организации игры подсказали сами дети, поскольку игры с элементами спорта им очень нравятся. Во-вторых, в ходе проведения диагностики по показателям «Школы мяча» (подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками несколько раз подряд, отбивание мяча от стены, метание малого мяча на дальность, в цель, бросок набивного мяча вперед, передачи мяча в парах, через сетку) в детском саду у наших воспитанников были отмечены хорошие результаты. В-третьих, благодаря простоте правил игры и доступности инвентаря, в пионербол можно играть не только в зале, но и на спортивной площадке, которая находится на улице.

В процессе спортивной игры в пионербол у детей: развивается мгновенная реакция на зрительные и слуховые сигналы, повышается мышечное чувство, способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц, быстро учатся бегать, мгновенно изменять движения по направлению и скорости, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью, выносливостью, выполнение движений с мячом сопровождается эмоциональным напряжением, выявляет активизацию деятельности сердечнососудистой и дыхательной систем, а также дети понимают сущность коллективной игры с мячом, цель и её правила. Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

## Цели и задачи

**Цель** – повышение уровня физической подготовленности детей с пяти лет до завершения образовательных отношений в режиме полного дня, посредством игры в пионербол.

### Задачи:

- дать детям представление о сущности коллективной игры в пионербол, ее правила;
- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: перемещение по площадке, передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- формировать навыки коммуникативного поведения, умение играть в команде;
- формировать умения ориентироваться во времени, в пространстве (вверх-вниз, направо - налево, вперед-назад, перестроения);
- закрепить понятия формы, величины, цвета (упражнения со спортивным оборудованием мячом разного диаметра);
- закрепить порядковый счет (использование считалок, игр со словом схем, расчет на первый - второй, ведение счёта в спортивной игре);
- развивать координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры;
- вырабатывать такие морально-волевые качества как выдержка, самостоятельность, уверенность, дисциплина, умение анализировать ситуацию;
- воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях;
- воспитание устойчивого интереса к спорту.

**Форма обучения** – специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Количество детей в кружке: 12-14 человек.

**Количество занятий** – 1 занятия в неделю (октябрь - апрель).

Длительность кружкового занятия для детей разновозрастной группы 25- 30 минут.

Место проведения кружка – спортивный зал, спортивная площадка.

### Сроки и этапы реализации проекта

I этап - подготовительный.

II - этап основной.

III - этап – итоговый

**Предполагаемый результат:**

1.Познакомятся с историей игры пионербол.

2.Дети освоят технику игры в пионербол.

3.Улучшатся физические показатели: координация движений, выносливость, быстрота, ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

4.Овладеют технико-тактическими действиями с мячом: передача мяча, бросок мяча через сетку, подача мяча, блокирование, разучат индивидуальную тактику. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

5.Научатся понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила.

## **Методические рекомендации и правила игры в пионербол**

С детьми дошкольного возраста следует начинать разучивать элементы пионербола в старшей группе в специально созданных условиях. 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.

### **Принципы по обучению детей игре пионербол.**

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

### **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 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. Игра проводится на волейбольной площадке или в физкультурном зале, разделенной сеткой или шнуром, который натягивается на высоте 130-150 см.

**1.«Мяч в игре».** Одна из команд по жребию начинает игру с подачи из-за лицевой линии (на начальном этапе обучения подачу можно производить с любого места площадки).

**2.«Мяч в поле».** При подаче мяч должен перелететь на противоположную сторону площадки (касание сетки мячом допустимо). Если мяч опустился в пределах площадки одной команды, то противоположная команда получает 1 очко.

**3.«Аут».** Мяч, брошенный игроком одной команды и ушедший за пределы площадки, засчитывается в пользу противоположной команды. В случае касания его игроком, очко присуждается нападающей команде.

**4. «Три касания мяча».** Игрок, поймавший мяч, может выполнять передачу другому игроку своей команды, тот еще одну для нападающего броска другому игроку.

**5.«Переход игроков».** Игроки одной команды перемещаются на своей стороне площадке по часовой стрелке после потери противоположной командой права подачи мяча. На начальном этапе обучения игроки передней и задней линий могут меняться самостоятельно или по указанию педагога.

**6.«Замена игроков».** Замену игроков в командах можно производить неограниченное количество раз.

**7. «Партия».** Играют 3 партии (исключение, когда счет по партиям 2:0). Игра в каждой партии идет до тех пор, пока одна из команд первой не наберет 15 очков. Смена сторон площадки производится после каждой партии.

#### **Судейство при проведении игры пионербол.**

Судья (инструктор по физической культуре) следит за выполнением игроками правил игры, делает замечания при нарушении правил, показывает жесты (табл.1), означающие то или иное предполагаемое дальнейшее выполнение действий.

Таблица 1

#### **Судейские жесты**

<b>№ п/п</b>	<b>Описание жеста</b>	<b>Значение</b>
1.	Взмах руки в сторону	Подает команда, на которую указал судья
2.	Скрещение рук над головой	Игра окончена
3.	Прямая рука опущена вниз - в сторону	Мяч упал в пределах площадки
4.	Согнутые руки подняты вверх ладонями к лицу	Мяч упал за пределы площадки (аут)
5.	Круговое движение предплечьем одной руки по часовой стрелке	Переход игроков по зонам
6.	Движение согнутыми руками	Смена сторон площадки



### **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.

### **Распределение игроков на команды.**

Распределение игроков на команды может осуществляться разными способами. Ниже приведены несколько из них, но педагог может придумать свой вариант.

- 1. По расчету.** Производится расчет по два, соответственно игроки № 1 оказываются в одной команде, № 2 - в другой.
- 2. По выбору капитана.** Назначаются два капитана, которые выбирают себе команду на свое усмотрение.
- 3. По цвету.** Дети делятся на две команды в соответствии с цветом своей футболки.

### **Разучивание упражнений 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 вперед через сетку
4. Ловля мяча на лету.
5. Перебрасывание мяча партнеру 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.

### **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 2-4м.
- 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.
- Координация движений.
- Выдержка.

#### **Необходимый спортивный инвентарь, дидактический материал.**

1. Волейбольная сетка.
2. Мяч.
3. Табло.
4. Разметка площадки.
5. Иллюстрации.
7. Карточки: подвижные игры с мячом, пальчиковые игры, гимнастики для глаз.
8. Музыкальные носители (диск, флешка).
9. Презинтации.



**Планирование реализации программы в течение года**  
**Тематический план**

<b>Месяц:</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Цель</b>	<b>Взаимодействие с родителями</b>
<b>Сентябрь</b>	1.Обследование детей. 2.Инструктаж по технике безопасного поведения в физкультурном зале. 3.Знакомство с мячом.	Подготовить детей к обучающему процессу	Информирование родителей о результатах обследования
<b>Октябрь</b>	1.Совершенствование броска мяча вверх и ловля его двумя руками на месте. 2.Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений	Научиться управлять мячом, чувствовать его	Консультация с родителями на тему «Школа мяча»
<b>Ноябрь</b>	1.Выполнять броски и ловлю мяча в движении. 2.Отбивание мяча об пол одной рукой на месте.	Контролировать мяч в движении	Спортивное мероприятие «Мы с мячом очень дружим»
<b>Декабрь</b>	1.Отбивание мяча об пол правой и левой рукой в движении. 2.Передача мяча друг другу различным способом.	Научить точности передачи мяча партнеру	Консультация об организации комплекса ОРУ с мячом в домашних условиях
<b>Январь</b>	1.Передача мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя. 2.Перебрасывание друг другу и ловля мяча сидя и стоя спиной друг к другу.	Совершенствовать точность передачи мяча при игре в парах	Оформление наглядной информации для родителей.
<b>Февраль</b>	1.Перебрасывание мяча через сетку. 2.Бросок мяча через сетку в прыжке.	Подготовить детей к игре в пионербол с двумя мячами	Беседа об организации подвижных игр для дома, улицы с мячом

<b>Март</b>	1.Бросок мяча об стенку и ловля его двумя руками. 2.Подача и пас в игре	Развивать ловкость, умения принимать решения в процессе игры пионербол	Веселые старты: «Играем вместе»
<b>Апрель</b>	1.Верхняя подача в волейболе. 2.Обучение техники приема и передачи мяча.	Совершенствовать технику игры	Консультация – «Одежда и здоровье детей»
<b>Май</b>	1.Блокирование мяча в процессе игры. 2.Расстановка игроков на поле.	Разработать тактику игры	Открытое занятие

## Реализация программы в течение года

Рассчитано на 1 занятия в неделю по 25-30мин.

<b>Сентябрь</b> <b>Всё о мячах</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Рассказ о том, когда и где возникла игра пионербол.</li><li>- Рассматривание иллюстраций, просмотр видеозаписей. Иллюстрации, видеозаписи.</li><li>- Папка-раскладушка: «Всё о мячах».</li><li>- Беседа о том, что существует много разных видов игры пионербол, с разными правилами и названиями, о правилах техники безопасности .</li><li>- Работа с мячами.</li></ul> <ol style="list-style-type: none"><li>1.Рассказать детям о том, какими движениями нужно овладеть, чтобы научиться играть в пионербол.</li><li>2.Бросание мяча в разных направлениях.</li><li>3.Ловля мяча на лету.</li><li>4.Прыжки, вверх бросая мяч через сетку.</li><li>5. Выставка «Всё о мячах».</li></ol>
<b>Октябрь</b> <b>Для чего нужны правила</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Беседа: почему нужно соблюдать правила.</li><li>• Какие правила в игре пионербол.</li><li>• Рассматривание схем-символов.</li><li>• Игра с мячом с использованием символов.</li><li>• Организация выставки схем-символов: правила игры.</li><li>• Подвижные игры; « Мяч водящему», « Бег с тремя мячами», « Гонка мячей под ногами»</li></ul> <p><b>Изучаем правила.</b></p> <p><b>Показ презентации с использованием ИКТ « Всё о мяче».</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Рассказать о размещении игроков на поле, при каких обстоятельствах засчитывается очко, а когда нет.</li></ol>

2. Продолжительность игры, сколько партий.
3. Рассматривание схемы расстановки игроков.
4. Практическая расстановка игроков, движение игроков по полю. (Переход хода) Схемы Игры: «Займи своё место».
5. Составление картотеки « Игры и упражнения с мячом».
6. Просмотр детских игр на видеозаписи.
7. Выполнение бросков мяча через сетку, в парах.

**Выполнение физических упражнений характерных для игры пионербол:**

- бросок мяча через сетку в движении (3 шага);
- передача двумя руками от груди;
- ловля мяча на лету.

**Ноябрь**

**Изучаем подвижные игры**

**Создание картотеки « Комплексы ОРУ с мячом»**

- **Передай не роняй**

По сигналу дети начинают передавать мяч снизу двумя руками друг другу в заданном порядке стоя в кругу. Мяч передавать не сильно и точно, при передаче делать обманные движения для соперников броски.

**Домашнее задание:** тренироваться ловить мяч и бросать двумя руками снизу, сверху.

- **Чей мяч улетит дальше.**

Рассказать детям как бросить мяч, чтобы он улетел дальше, как не ронять его при замахе.

По сигналу игроки бросают мяч через сетку, замечая, чей мяч, улетел дальше.

Произвольная игра с мячом на площадке.

- **Поймай мяч переправь через сетку.**

Дети делятся на две команды, которые разделяет волейбольная сетка. У каждой команды по два мяча.

По сигналу дети перебрасывают мяч с любого места, так чтобы соперники не смогли поймать мяч.

Если удастся «заземлить» мячи на стороне соперника, то ей зачисляется очко.

- **Попади мячом в обруч.**

Дети распределяются на две команды по 6 человек в колонну. Дети перебрасывают мячи поочередно через сетку, стараясь попасть в обруч. Защитники в обручах стоять не должны, а ловят мяч над

ним.

Консультация для родителей « Весёлые и полезные подвижные игры с мячом».

**НОД « Весёлые старты».**

### Декабрь

- **Подбрось, поймай.**

Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. Игра в пионербол, соблюдая правила.

Следить, чтобы дети не заступали за среднюю линию под сеткой, мяч не выхватывать друг у друга.

**Домашнее задание:** совершенствовать умение подбрасывать и ловить мяч двумя руками.

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

Тренировать детей в умении подбрасывать мяч одной рукой, а ловить двумя.

- Игра в пионербол.
- Игра: «Не урони мяч»
- Не урони внимательно смотри.

**Развлечение: «Мяч через сетку».**

Перебрасывание мяча в парах через сетку.

### Январь

**Кого называли, тот ловит мяч.**

Передвижение, по площадке быстро реагируя на сигнал, ловя мяч двумя руками. Мяч бросать в направлении ребёнка имя, которого называют. Игра в пионербол.

**Мяч водящему.**

Дети делятся на 4 группы, каждая образует круг, в центре каждого круга водящий с мячом. По сигналу водящие бросают мяч своим игрокам стараясь не уронить и получают его обратно.

Побеждает команда ни разу не уронившая мяч. Игра в пионербол.

**Передал – садись.**

Самостоятельная игра в пионербол.

Соревнование: дети делятся на 2 команды, становятся в колонны. Капитан каждой команды становится напротив своей команды, по сигналу капитан бросает мяч первому игроку он передает его обратно и садится и так далее.

**Рассматривание иллюстраций о спортивной игре пионербол.**

**Успей поймать.**

Дети встают по кругу с водящим в середине. Перебрасывание мяча с одной стороны круга на



другую, водящий должен поймать мяч или коснуться его рукой, если ему это удаётся он встаёт в круг, а в середину идёт тот, кто последним бросил мяч. Тренировка игры пионербол.

**Зимняя Олимпиада» на улице .**

### **Февраль**

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

Перебрасывание мяча через сетку из-за головы, так чтобы мяч не коснулся сетки.

Игра в пионербол.

**Мяч через сетку от груди.**

Перебрасывание мяча через сетку от груди.

Самостоятельная игра пионербол.

**Делай три шага.**

Перебрасывание мяча, через сетку делая не более трёх шагов.

Закрепить умение выполнять не более трёх шагов, приближаясь к сетке.

В игре-эстафете.

**У кого меньше мячей.**

Дети образуют две равные команды, каждая берёт несколько мячей, по сигналу игроки начинают перебрасывать мячи на сторону соперника удобным способом. После второго сигнала выясняется у кого меньше мячей на площадке.

### **Март**

- **Играй, играй мяч не теряй.**

Дети располагаются на площадке, каждый свободно играет с мячом, после сигнала воспитателя все должны как можно быстрее принять стойку волейболиста: ноги полусогнуты в коленях, мяч в двух руках у груди.

- **Просмотр игры на видеозаписи (игра детей).**
- **Самые внимательные.**

Повторение правил игры с помощью символов. Игра в пионербол.

**Составление рассказа : мы со спортом дружим.**

- **Самые ловкие.**

Перебрасывание мяча в парах, стараясь ни разу не уронить мяч.

Выполнение различных упражнений с мячом.

Схемы, мячи.

Движение плюс движение.

- Подача одной рукой с близкого и дальнего расстояния.
- Перебрасывание мяча в парах.
- Прыжки вверх.

### Апрель

- **Послушный мяч.**

Перебрасывание мяча через сетку так чтобы он упал на площадку противоположной команды.

При подаче мяч не должен касаться сетки и улетать за пределы площадки.

- **Разучить комплекс упражнений на укрепление пальцев рук.**
- **Спорт и я друзья.**

Игра в мини-волейбол, тренировать детей в ловле мяча и бросании через сетку, друг другу в команде, выполнении не более трёх шагов приближаясь к сетке.

- **Рассматривание иллюстраций о спортивных играх.**
- **Готовимся к соревнованиям.**

Тренировать детей в умении пасовать мяч друг другу в команде, перебрасывать мяч разными способами.

**Домашнее задание:** совершенствовать навыки работы с мячом.

- **Мой весёлый звонкий мяч.**

Закрепление ранее разученных подач, действий с мячом.

Выполнение двигательных упражнений характерных для пионербола.

### Май

1. Рассказ инструктора детям об матче игры в пионербол.
  2. Подготовка оборудования к проведению соревнований ( Мяч, табло, сетка волейбольная, свисток, призы, медали)
  3. Проведения финального соревнования «Пионербол».
- Создание презентации «Детский сад и спорт».**

**К концу учебного года дети должны:**

1. Знать правила игры «пионербол».

2. Какой необходим инвентарь для игры.
3. Уметь перебрасывать мяч через сетку разными способами.
4. Владеть тактикой игры.
5. Освоить основные движения характерные для пионербола.
6. Уметь подавать и уверенно ловить мяч метко и сильно бросать, пасовать товарищам.

**Работа с родителями:**

*Наглядная информация для родителей:*

- Папка «Мой весёлый звонкий мяч...» (содержит историю мяча, данные о современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей, значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом, упражнения с мячом и т. д.)
- Папка «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улицы, с мячом и т. д.)
- Папка «Физкультура – это здорово» (содержит подвижные игры для всей семьи, подвижные игры разных народов, игры для всей семьи и т. д.)
- Пополнение картотек « Игры на улице».

## Подвижные игры с элементами пионербола

Приучать детей к пониманию сигналов следует в игровой форме. Этому содействуют подвижные игры с элементами пионербола. На начальном этапе это различные подвижные игры с мячом, способствующие освоению техники ловли и передачи мяча.

**«Поймай и передай»** (передачи в парах, держа мяч двумя руками снизу, от груди и т.д.).

**«Мой веселый звонкий мяч»** (отбивание мяча об пол двумя руками и одной, ловля мяча после отскока от пола) и другие.

**«Гонка мячей по кругу».** Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга. У игроков, оказавшихся в круге напротив друг друга, мячи разного цвета или размера. По свистку все начинают передавать мячи друг другу (в одном направлении), стараясь догнать другой мяч. В финале раздается свисток и показывается жест, означающий окончание игры.

**«10 передач».** Дети становятся тройками на расстоянии 2 м друг от друга. У каждой тройки по мячу. По свистку они передают мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить его. Побеждает тройка, быстрее сделавшая 10 передач мяча без падения его на землю. Игра останавливается свистком. Победителя игры определяют по жесту судьи - взмах руки в сторону выигравшей тройки.

**«Кого назвали, тот и ловит».** Дети становятся в круг, в центре которого стоит ребенок с мячом. Он бросает мяч вверх и вызывает по имени того, кому предназначается мяч. Тот должен поймать мяч, не уронить его. После этого поймавший мяч становится в центр круга. Выигрывает тот, кто ни разу не уронил мяч или, если таковых нет, тот, кто уронил его наименьшее количество раз. В случае если ребенок не смог поймать мяч, раздается свисток и показывается жест - согнутые руки подняты вверх ладонями к лицу.

**«Мяч капитану».** Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает капитана. Команды становятся в колонны за линией старта. Капитан каждой команды с мячом в руках становится напротив своей команды на расстоянии 2-3 м от нее. По свистку судьи капитан передает мяч первому игроку колонны, который ловит его, передает капитану и приседает. Капитан таким же образом передает мяч второму, затем третьему и всем остальным игрокам. Каждый игрок после передачи мяча капитану приседает. Выигрывает команда, которая раньше выполнила задание. Если игрок не поймал мяч, он должен сбегать за ним, вернуться на свое место и передать мяч капитану. Игра останавливается свистком. Команда-победитель определяется по жесту - взмах руки в сторону выигравшей тройки.

**«Мяч через сетку».** Дети становятся парами напротив друг другу и по свистку выполняют передачи через сетку разными способами, стараясь не уронить мяч. Побеждает пара, выполнившая наибольшее количество передач мяча без падения его на землю. В финале раздается свисток и показывается жест, означающий окончание игры.

**«Горячий мяч».** Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга. По свистку они выполняют быстрые передачи мяча друг другу (кроме соседних игроков) любым способом. Если игрок долго держит мяч (по усмотрению судьи), то он выбывает из игры (раздается свисток и судья показывает жест - согнутые руки подняты вверх ладонями к лицу). Игра идет до тех пор, пока не останется один ловкий игрок (жест судьи в сторону победителя). Окончание игры сопровождается продолжительным свистком и жестом скрещивания рук над головой.

**«Попробуй, отними».** Дети располагаются по кругу на расстоянии вытянутых рук. Выбирают водящего, который выходит в середину круга. Стоящие игроки в кругу начинают перебрасывать между собой волейбольный мяч. Выполнять передачу соседним игрокам запрещается. Водящий старается перехватить мяч, находящийся в воздухе или хотя бы дотронуться до мяча рукой. Если водящему удалось это сделать, на его место идет тот игрок, который последним бросил мяч, а водящий становится в круг (раздается свисток и судья показывает жест - переход игроков). Победителями становятся те игроки, которые ни разу не оказались на месте водящего. Окончание игры сопровождается продолжительным свистком и жестом скрещивания рук над головой.

**«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 навыком 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 назвали, 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.

### Качественные показатели двигательных умений и навыков движений с мячом

В зависимости от того, если тот или иной показатель сформирован у ребенка и соответственно наблюдается в его деятельности, или находится в состоянии становления, то он позволяет отражать состояние нормы развития двигательных умений и навыков движений с мячом.

Если тот или иной показатель проявляется неустойчиво или не проявляется в деятельности ребенка (ни в совместной со взрослым, ни в самостоятельной деятельности), то необходимо проведение дальнейшей работы.

Примерные критерии для определения уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом приведены ниже в таблицах 2.

Таблица 2

### Качественные показатели двигательных умений и навыков движений с мячом

Уровень	Возрастная группа		
	Средняя	Старшая	Подготовительная
<b>Высокий</b>	Технически правильно выполняет все упражнения с мячом. Проявляет интерес к действиям с мячом. Соблюдает заданный темп и ритм работы с мячом. Обращает внимание на результат. Наблюдается перенос освоенных упражнений с мячом в самостоятельную деятельность.	Уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом. Способен продумать новые варианты действий с мячом.	Технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет все упражнения с мячом. Правильно оценивает движения с мячом других детей. Проявляет элементы творчества в работе с мячом. Самостоятельно составляет простые варианты упражнений с мячом.
<b>Средний</b>	Владеет главными элементами техники движений с мячом. Почти всегда соблюдает заданный темп и ритм. Увлечен процессом, но не всегда обращает внимание на результат.	Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с	Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом, проявляет усилия, активность и интерес. Способен оценить движения с мячом других детей, упорен в достижении своей цели. Может придумать и выполнить несложные действия с мячом.

		мячом в заданном темпе.	
<b>Ниже среднего</b>	Допускает существенные ошибки в технике движений с мячом. Не соблюдает темп и ритм заданий, действует только в сопровождении показа взрослого.	Неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм работы с мячом.	Допускает ошибки в основных упражнениях с мячом. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке.



## Литература

1. Анисимова Т.Г., Савинова Е.Б. Физическое развитие детей 5-7 лет. Волгоград, 2009 .
2. Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г., Михайлова З.А. Детство: Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. Санкт-Петербург «Детство-Пресс», 2011 .
3. Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать». Москва «Просвещение», 1983.
4. Луконина Н.О, Чадова Л.М. «Физкультурные праздники в детском саду». М.2003.
5. Пензулаева Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет» М. Владос, 2002
6. Рунова М.И. «Двигательная активность ребёнка в детском саду». М. Мозаика – Синтез, 2002.
7. Сивачева Л.Н. «Физкультура – это радость! Спортивные игры с нестандартным оборудованием» С.-Петербург. Детство Пресс, 2003.
8. Тарасова Т.А контроль физического состояния детей дошкольного возраста. Творческий центр Москва, 2005.
9. Шилкова И.К., Большев А.С. , Силкин Ю.Р. «Здоровьеформирующее развитие» М. Владос, 2001.

### Материальные ресурсы:

- 1.Мультимедийное оборудование.
- 2.Спортивный инвентарь.
- 3.Дидактические развивающие пособия.

## Приложение №1

### Сценарий спортивного праздника для детей 6 -7 лет

Звучит спортивный марш. В физкультурный зал входят команды и выстраиваются на противоположных сторонах площадки.

**Ведущий:** Здравствуйте, ребята! Сегодня в нашем детском саду проводится турнир по пионерболу, в котором будут разыгрываться золотой и серебряный кубки. В соревнованиях участвуют две команды - «Олимпийцы» и «Спартак». Капитанам команд предоставляется право поднятия флага.....

*Звучит Российский гимн. Капитаны поднимают флаг.*

**Ведущий:** Турнир по пионерболу открыт. Представляю вам членов судейской коллегии. Главный судья соревнований – Лебедева Лидия, инструктор по физической культуре. А помогать судить будут воспитатели .....

*Судей приветствуют громкими аплодисментами.*

**Ведущий:** Ребята, сегодня вас поддержать пришли и активные болельщики.

**Болельщики команды «Олимпийцы»:** Дружнее нашей группы не найти,  
Хоть всю планету обойди!

**Болельщики команды «Спартак»:** Желаем победы,  
Стремитесь вперед!  
Успехов, спартанцы,  
Удача вас ждет!

**Ведущий:** Соревнования будут транслироваться по телевидению. С минуты на минуту должен появиться корреспондент спортивной передачи «Быстрее, выше, сильнее!»

*Неожиданно раздается звук мотора. В зале появляется Карлсон в роли телевизионного корреспондента с видеокамерой или фотоаппаратом в руках.*

**Карлсон:** Здравствуйте, ребяташки, девчонки и мальчишки! Пролетал я мимо, гляжу, собралось много народу в физкультурном зале. Что у вас за праздник?

*Ответы детей.*

**Карлсон:** Замечательно! Я сниму сюжет о вашем спортивном празднике, и вы сможете посмотреть его по телевизору.

**Ведущий:** Итак, пора начинать соревнования. Слово для приветствия предоставляется командам.

**Капитан команды «Спартак»:** Команде «Олимпийцы» физкульт ...

**Игроки (вместе):** Привет!

**Капитан команды «Олимпийцы»:** Команде «Спартак» физкульт ...

**Игроки (вместе):** Привет!

**«Спартак»:** Мы соперникам своим

Очень твердо говорим:

«Вас мы не боимся,

И с вами мы сразимся!»

**«Олимпийцы»:** Мы ребята смелые,

Ловкие, умелые.

Вас тоже не боимся,

К победе мы стремимся.

**Ведущий:** А теперь приступим к разминке!

*Команды располагаются на своей половине площадки. Под веселую музыку проводится разминка.*

**Задания для разминки:**

- 1) ходьба по кругу;
- 2) ходьба на носках, пятках;
- 3) бег по кругу;
- 4) подскоки;
- 5) бег с захлестом голени назад;
- 6) прыжки на двух ногах врассыпную;
- 7) ходьба гусиным шагом.

**Специальные упражнения волейболистов (в кругу):**

- 1) и.п. – о.с.  
1-2 – подняться на носки, руки через стороны вверх (вдох)  
3-4 – опуститься, руки также вниз (выдох)
- 2) и.п. – о.с., руки сцеплены в замок перед грудью  
1- выворачивая ладони руки вперед  
2- и.п.  
3- 4- тоже вверх
- 3) и.п. – стойка ноги врозь, руки к плечам  
1- поворот туловища направо

- 2- и.п.
- 3- 4 – тоже влево
- 4) и.п. – стойка ноги врозь, руки на поясе
  - 1-4 – круговые движения стопой правой ноги, поставленной на носок
  - 5-8- тоже левой
- 5) и.п. – полуприсед ноги врозь, руки на коленях
  - 1-4 – круговые движения коленями внутрь
  - 5-8- тоже наружу
- 6) и.п. – сидя ногами в круг, держась за руки
  - 1-2- лечь на спину, не расцепляя рук
  - 3-4- сесть в и.п.
- 7) и.п. – стоя в кругу, руки положить на плечи соседа. Выполнять прыжки на двух ногах с преодолением сопротивления и переходом на ходьбу
- 8) Дыхательные упражнения.

**Ведущий:** Провели разминку ловко!  
 Приступаем к тренировке!  
 Раз, два, раз, два  
 Начинается игра!

*Проводится игра «Пионербол» по предусмотренным правилам. Для того чтобы участники и болельщики могли следить за ходом игры, вывешивается табло, на котором отражается счет. После каждой партии можно производить замену игроков в командах с таким расчетом, чтобы все дети, даже физически слабо подготовленные, могли принять участие в соревнованиях.*

### Протокол соревнований

**Общий счет** (в пользу «.....»)

*После окончания игры марша игроки обеих на своей половине площадки для подведения итогов соревнований.*

**Капитан команды «Спартак»:** Команде «Олимпийцы» физкульт ...

Название команды	1 партия	2 партия	3 партия
	Очки		
«Олимпийцы»			
«Спартак»			

команды

*под звуки спортивного команд выстраиваются*

**Игроки (вместе):** Ура!

**Капитан команды «Олимпийцы»:** Команде «Спартак» физкульт ...

**Игроки (вместе):** Ура!

*Главный судья объявляет победителей соревнований и переходит к награждению. Каждый игрок также награждается «сладкими» медалями.*

**Ведущий:** Спустить флаг соревнований предоставляется лучшему игроку команды «.....».....и лучшему защитнику команды «.....».....

*Лучших игроков в командах выбирают сами дети.*

**Карлсон:** Ребята, мне очень понравилось у вас на празднике. Но мне пора спешить на студию, чтобы передать спортивные новости на телевидение. А вечером вы увидите себя в телевизоре. До встречи на экране!

*Дети прощаются и под звук мотора Карлсон улетает.*

**Ведущий:** Праздник завершить,

Пора пришла сейчас.

Но хочу я пожелать

Каждому из вас -

Занимайся волейболом,

Греблей, плаваньем футболом,

Змеев пестрых запускай,

Езди на велосипеде

И всегда стремись к победе.

Сильным будь на радость всем,

Славный маленький спортсмен!

*Праздник заканчивается исполнением песни «Физкульт-ура!».*

Записанная на видеокамеру игра в пионербол монтируется на CD-диск в виде спортивных новостей с красочной заставкой. В роли ведущего передачи «Быстрее! Выше! Сильнее!» выступает Карлсон.

После дневного сна для детей, родителей организуется просмотр спортивной передачи, во время которого транслируется видеозапись игры, демонстрируются интересные моменты, запечатленные на фотоаппарат. Ребенок может не только посмотреть игру, но и оценить свои тактические действия, возможно, заметить допущенные ошибки. Родители имеют возможность сравнить умения своих детей с умениями других ребят для продолжения дома физкультурно-оздоровительной работы, начатой в детском саду.

Несмотря на то, что пионербол стал проводиться в детском саду сравнительно недавно, нововведение уже дало положительные результаты. Во-первых, занятия пионерболом помогли укрепить основные группы мышц детей и в целом снизить заболеваемость. Во-вторых, наши воспитанники научились действовать сообща в команде. В-третьих, во время игры дети научились тактическим действиям, что в свою очередь способствует развитию смекалки и сообразительности.