

УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 83 «ЗОЛОТОЙ ПЕТУШОК»
(МБДОУ «ДС № 83 «ЗОЛОТОЙ ПЕТУШОК»)

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ «ДС № 83
«Золотой петушок»
_____ Т.Е. Любителева
« 07 » сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ «ПИОНЕРБОЛ»
2023-2024 учебный год (1-й год обучения)
2024-2025 учебный год (2-й год обучения)

Составил:
Инструктор по физической культуре
Артемьева Валерия Николаевна

Норильск, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

I.	Целевой раздел	
1.1	Пояснительная записка.	3
1.2	Актуальность.	4
1.3	Цель, задачи.	5
1.4	Методы и формы взаимодействия	6
1.5	Возрастные особенности детей группы.	7
1.6	Учебно-тематический план реализации программы	7-8
1.7	Планируемые результаты (целевые ориентиры).	8-9
II.	Содержательный раздел	
2.1	Краткая характеристика игры	10 - 13
2.2.	Правила игры «пионербол» для детей дошкольного возраста	13- 14
2.3	Судейство при проведении игры «пионербол»	14-15
2.4	Подвижные игры с мячом, включающие элементы игры «пионербол»	15- 20
2.5	Распределение игроков на команды	20
2.6.	Календарно-тематическое планирование	21-30
2.7	Перспективный план работы кружка «Пионербол»	30-31
2.8	Мониторинг усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом	32-33
III.	Организационный раздел:	
3.1	Материально-техническое обеспечение.	34
3.2	Методическое обеспечение.	34
	Список литературы.	35
	Сценарий проведения турнира по пионерболу для детей 6 -7 лет	36-38

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Дошкольный возраст охватывает период жизни от рождения до семи лет. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека, осуществляется наиболее интенсивный рост и развитие важнейших систем организма и их функций, закладывается база для всестороннего развития физических и духовных способностей. Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладения элементарными жизненно необходимыми двигательными умениями, гигиеническими навыками и т.д.

Физическое воспитание в детском саду предусматривает охрану и укрепление здоровья, полноценное физическое развитие и направлено на своевременное формирование у дошкольников двигательных навыков и умений. Потребность в движениях, двигательная активность, проявляемая ребёнком, физиологически обоснована, вызывает положительные изменения в его физическом и психическом развитии, совершенствовании всех функциональных систем организма (сердечно - сосудистой, дыхательной, мышечной и др.).

Дополнительная образовательная программа «Пионербол» направлена на расширение диапазона двигательных возможностей детей, на работу по развитию двигательных качеств, формированию правильных элементов бега, прыжков, подаче мяча, его ловле и т.д., а также на развитие морально-волевых качеств, эмоциональное состояние. Формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия, укрепление систем организма соответствует оздоровительной направленности ДОП.

«Рабочая программа по обучению старших дошкольников игры в пионербол» (далее Программа) призвана обеспечить разностороннее развитие детей в возрасте 5-7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по направлению физическое развитие.

Программа реализуется с учетом возрастных и половых особенностей детей, физического развития и функциональных возможностей детского организма. Программа реализуется в течение года.

Физкультурные занятия проводят не менее 2-х раз в неделю.

Программа предполагает формирование у детей осознанности, ценностей здорового образа жизни, бережного отношения к своему здоровью, знакомство с элементарными правилами безопасного поведения при организации спортивных игр.

1.2. Актуальность

В дошкольном возрасте происходят значительные преобразования в деятельности всех физиологических систем детского организма, и к шести-семи годам, ребёнок приобретает тот уровень морфологического и функционального развития, который называют «школьной зрелостью».

Каждому возрастному периоду жизни ребёнка присущи свои особенности, которые необходимо учитывать при физическом воспитании дошкольников. Зная их, можно рационально и оптимально строить процесс обучения и воспитания.

Занятия в ДОП «Пионербол» способствуют формированию здорового, жизнерадостного, физически развитого ребёнка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

Учитывая, что состояние здоровья детей Крайнего Севера является одним из наиболее чувствительных показателей, отражающих качество окружающей среды и адаптационные возможности организма ребёнка, необходимо удовлетворить потребность детей в организованной двигательной активности, способствовать укреплению здоровья с помощью игры в пионербол, как одним из средств физкультурно-оздоровительной направленности.

В возрасте 5-6 лет движения детей становятся более координированными, укрепляется мышечная система, увеличивается двигательная активность, но рост костной ткани ещё не завершён, сердечная мышца при физической нагрузке быстро утомляется, сохраняется лёгкая возбудимость при созревании нервных клеток в коре головного мозга. Всё это необходимо учитывать на занятиях пионерболом.

Игра в пионербол командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метания, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнёров по игре.

Пионербол – упрощённый вариант волейбола, поэтому правильно подобранный учебный материал, соответствующий возможностям детей и их возрастным особенностям, говорит о педагогической целесообразности ДОП «Пионербол».

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что игра в пионербол способствуют формированию здорового, жизнерадостного, физически развитого ребёнка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

1.3 Цель, задачи

1 год обучения.

Цель программы – повышение уровня физической подготовленности детей пяти-семи лет посредством игры в пионербол.

Задачи программы:

1. Научить детей играть в пионербол.
2. Способствовать воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости.
3. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: перемещение по площадке, передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование.
4. Содействовать развитию потребности в систематических занятиях пионерболом.
5. Вырабатывать такие морально-волевые качества, как выдержка, самостоятельность, уверенность, дисциплина, умение анализировать ситуацию.
6. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

2 год обучения.

Цель программы - повышение результативности физического воспитания старших дошкольников посредством изучения технико-тактических основ игры в пионербол и вовлечения в соревновательную деятельность.

Задачи программы:

1. Приобщать детей к здоровому образу жизни, формировать интерес и положительное отношение к физкультурно-спортивной деятельности;
2. Содействовать повышению уровня физического развития и физической подготовленности воспитанников в соответствии с возрастными нормами и требованиями к результатам освоения образовательной области «Физическое развитие»;
3. Сформировать доступные навыки у детей играть в пионербол технико-тактическим действиям и способам их применения в условиях соревнований;
4. Воспитывать культуру спортивного поведения и командного взаимодействия, вырабатывать такие морально-волевые качества как выдержка, самостоятельность, уверенность, дисциплина;
5. Повышать активность в физкультурно-спортивной деятельности и приобщать воспитанников к спортивным традициям ДОУ.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Сроки реализации программы: два года обучения, занятия проводятся – 1 раз в неделю. Первый год обучения занятие длится 25 минут, второй год – 30 минут.

Количество часов: 37 в год, всего 74 занятия

1.4 Методы взаимодействия с детьми

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

Формы взаимодействия с родителями:

1. **Консультации:**
 - «Мой веселый 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.),
 - «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улицы, с мячом и т. д.),
 - «Физкультура – это здорово» (содержит подвижные игры для всей семьи, подвижные игры разных народов, игры для всей семьи и т. д.),
 - «Совместные занятия спортом детей и родителей»,
 - «Нравственное воспитание дошкольников в семье и детском саду.
2. **Консультации на родительском собрании:**
 - «Совместная деятельность детей и родителей эмоции от игр с мячом» (дать знания родителям о том, что должны уметь дети в работе с мячом по программе и какие игры они могут использовать),
 - «Советы родителям «Игры с мячом».
3. **Анкетирование родителей** (перед организацией проекта и после его реализации «Любит ли ваш ребенок играть с мячом...»)

1.5 Возрастные особенности детей группы

Возрастной период 5 до 6 лет называют периодом «первой вытяжки», когда за один год ребенок может вырасти на 7-10 см. Средний рост ребенка колеблется около 106-107 см., а масса тела 20-21 кг. Развитие опорнодвигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к 5-6 годам еще не завершено. В этом возрасте сила мышц сгибателей больше силы мышц-разгибателей, что определяет особенности позы ребенка: голова слегка наклонена вперед, живот выпячен, ноги согнуты в коленях. Поэтому здесь огромную роль играют занятия физкультурой, которые дают соответствующую нагрузку.

Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Только к 6-7 годам ребенок овладевает более сложными и точными движениями кисти и пальцев. Здесь я могу посоветовать вам, как можно больше играть с детьми мячом, лепить пластилином, глиной, рисовать и т. д.

Развиваются и сердечно-сосудистая система и дыхательная. Объем легких примерно составляет 1500-2200мл. и развивается под влиянием физических нагрузок.

Артериальное давление у детей данного возраста ниже, чем у взрослого человека. А физические нагрузки оказывают тренирующее воздействие на сердечно-сосудистую систему; под влиянием физических нагрузок вначале увеличивается частота пульса, максимальное и минимальное кровяное давление. По мере тренировки реакция сердечно-сосудистой системы на физические нагрузки меняется, работа сердца становится более экономичной.

1.6 Учебно-тематический план реализации программы

№	Разделы	Количество занятий	В том числе, практические
1.	Знакомство с историей игры пионербол	2	2
2.	Обучение технико-тактическим приёмам	9	9
3.	Развитие и совершенствование основных видов движений	5	5
4.	Основные правила техники безопасности	2	2
5.	Подвижные и спортивные игры	9	9
6.	Мониторинг физического развития	1	1
Итого		28	28

Содержание программы

Обучение игре в пионербол включает в себя следующие разделы:

Раздел «Знакомство с историей игры пионербол»

Используя различные методы (слуховой, зрительный, игровой) восприятия, повысить интерес и мотивацию к занятиям в кружке, повысить начальные теоретические знания.

Раздел «Обучение технико-тактическим приёмам»

Теоретическое и практическое изучение техники и тактики игры позволяют решать поставленные задачи, освоить не только правила игры, но и индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

Раздел «Развитие и совершенствование основных видов движений».

В содержание данного раздела входят: строевые упражнения, упражнения для различных групп мышц, акробатические упражнения, подготовительные и специальные упражнения для развития быстроты, прыгучести, ориентировки в пространстве, координации; элементы легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, которые направлены на совершенствование физической подготовки детей.

Раздел «Основные правила техники безопасности».

На протяжении всего обучения дети знакомятся с основными правилами техники безопасности и используют их.

Раздел «Подвижные и спортивные игры».

Данный раздел направлен на развитие физических качеств занимающихся, дальнейшее закрепление технических приёмов и тактических действий, избежание однообразия и монотонности содержания занятий, повышение интереса к учебному процессу.

Раздел «Мониторинг физического развития».

С помощью контрольных тестовых упражнений выявляется начальный и конечный результаты учебной программы, результаты которых позволяют оценить не только количественные показатели, но и качественные характеристики выполняемых действий. Итоговый контроль служит основным показателем качества деятельности детей и педагога.

1.7 Планируемые результаты (целевые ориентиры)

Овладение технико-тактическими приемами игры в «пионербол» на фоне положительной динамики физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста.

- ребёнок проявляет инициативу и самостоятельность в двигательной деятельности;
- способен выбрать участников по совместной игре, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в спортивных играх, договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и сорадоваться

успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

- ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства;

- у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в спортивных играх, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.

- для родителей:

1) Ознакомлены с теоретическими основами игры Пионербол.

2) Приобрели практические навыки по организации игр с мячом дома.

3) Родители взаимодействуют с педагогами по организации совместной деятельности взрослого и ребенка в рамках реализации проекта «Пионербол для дошкольника».

4) Повысился интерес родителей к здоровому образу жизни.

II. Содержательный раздел

2.1 Краткая характеристика игры

Пионербол (от франц. *pionnier* – первопроходец, зачинатель, первый; в перев. с англ. *ball* – мяч) – игровой вид спорта с мячом, схожий по правилам с волейболом. Игра «пионербол» зародилась в СССР в 30-х годах 20-го века.

В настоящее время при организации занятий детским спортом пионерболу уделяется все больше внимания. Имеется явный прогресс в развитии этой детской игры как самостоятельного вида спорта в регионах страны, в том числе и в Чувашской Республике.

Цель игры – перебросить мяч через сетку на сторону противника так, чтобы он опустился в пределах площадки.

Основное его техническое отличие от классического волейбола заключается в том, что мяч в процессе игры берется в руки. Соответственно подача, пас партнеру и перевод мяча на сторону соперника осуществляется не ударом, а броском.

Игра проводится на волейбольной площадке или в физкультурном зале, разделенном сеткой или шнуром, который натягивается на высоте 130-150 см. В игре участвуют 2 команды по 6(8) человек в каждой. Игроки располагаются в две линии на своих сторонах площадки (рис. 1).

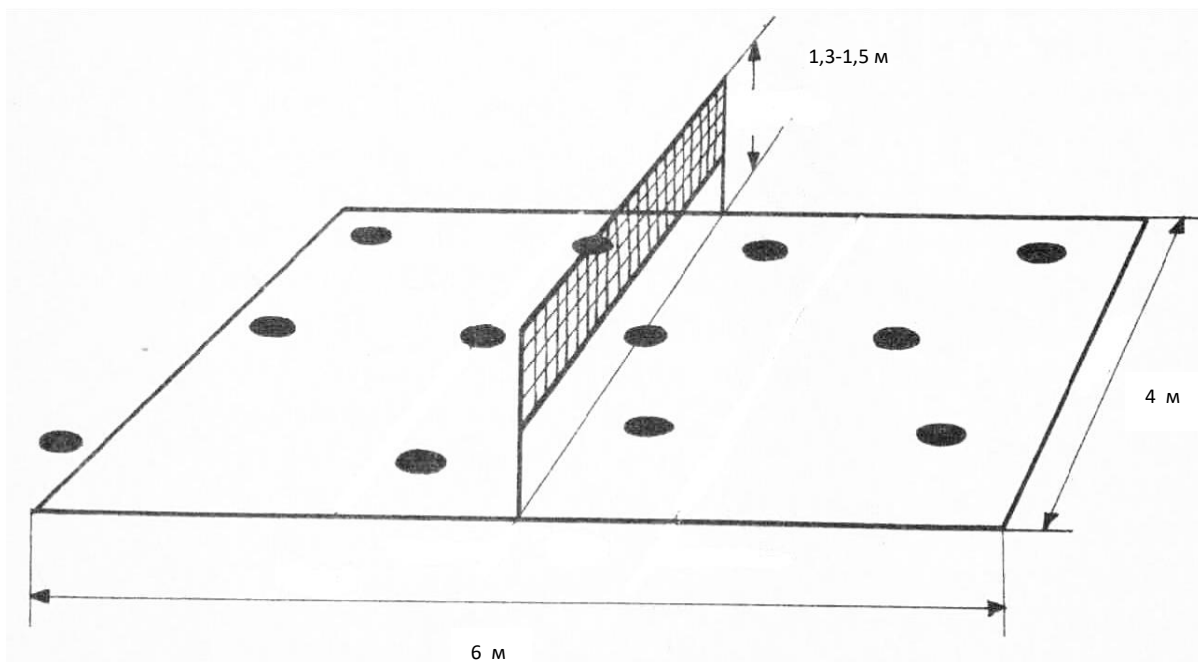


Рис. 1

Последовательность обучения двигательным действиям без мяча и с мячом

Обучение детей элементам игры в пионербол начинается со средней группы, включая упражнения в бросании и ловле мяча, подвижные игры с мячом в непосредственно образовательную деятельность. В этом возрасте дети приучаются

отталкивать мяч симметрично обеими руками, придавая ему нужное направление движения. Важно обучить ребенка регулировать силу отталкивания.

В старшей группе организуются специальные занятия, состоящие только из игр и упражнений с мячом. В этом возрасте навыки владения мячом получают дальнейшее развитие. Разнообразнее и сложнее становятся упражнения в бросании и ловле мяча. Дети старшей группы должны уметь непринужденно держать его, быстро и точно передавать в разных направлениях и ловко принимать. Много времени надо уделять упражнениям в бросании и ловле мяча индивидуально, в парах, по кругу, так как не все дети достаточно ловки, они еще не умеют учитывать ряд условий, от которых зависит правильность выполнения действия.

В непосредственно образовательной и самостоятельной деятельности у детей седьмого года жизни совершенствуются и закрепляются навыки всех способов катания, бросания и ловли. В этом возрастном периоде дети, передавая мячи друг другу или перебрасывая в разных положениях, действуют уверенно ловко, что позволяет включать эти виды движений в задания с элементами соревнований, в эстафеты. У детей подготовительной группы совершенствуются и навыки ловли. Они умеют перебрасывать друг другу мяч разными способами (двумя руками снизу, от груди, сверху, с отскоком от пола и др.). Перебрасывание проводится не только в произвольном темпе, но и под счет. Упражнения с мячом выполняются во время передвижения в парах, стоя на месте, из разных исходных положений, через сетку. В подготовительной к школе группе дети переходят непосредственно к игре в пионербол с соответствующими правилами.

Важнейшим принципом отбора содержания для обучения детей старшего дошкольного возраста игре в пионербол является выделение тех действий с мячом и без него, которые:

- составляют основу техники любой подвижной и спортивной игры с мячом;
- доступны детям старшего дошкольного возраста;
- дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач.

Действия без мяча

Основные двигательные действия без мяча, применяемы при игре в пионербол – это игровая стойка, различные перемещения и остановки.

Все двигательные действия без мяча и с мячом выполняются при определенном положении тела, обеспечивающем их высокую эффективность. Поэтому в первую очередь необходимо обучить детей принимать *игровую стойку*.

Правила ее выполнения:

1. Ноги полусогнуты, расположены на ширине плеч, одна нога на полшага впереди (упругое положение ног).
2. Туловище держится прямо и слегка наклонено вперед.
3. Руки полусогнуты, свободны и опущены вниз.
4. Взгляд направлен вперед, а не под ноги.

Все *перемещения* (ходьба, бег, бег приставными шагами, бег спиной вперед) выполняются из игровой стойки. Главное правило для всех способов перемещения – отталкиваться ногами как упругими пружинками.

Остановка прыжком включает в себя подсед во время перемещения на обе ноги, при *остановке шагом* – на сзади стоящей ноге без смены опоры.

Действия с мячом

Действия с мячом, необходимые для игры в пионербол: держание мяча, прием, передача, подача мяча. Базовым упражнением для усвоения элементов игры является ловля и передача мяча двумя руками.

В первую очередь необходимо обратить внимание детей на работу ног и обучить правилам *держания мяча*:

1. Мяч на уровне пояса или груди (в зависимости от способа передачи).
2. Руки согнуты, локти направлены вниз-в сторону.
3. Кисти рук расположены сбоку мяча.
4. Большие пальцы смотрят друг на друга, остальные – широко расставлены.
5. Ладони не касаются мяча.

Общими для всех способов *приема мяча* являются три правила:

1. Вынос рук навстречу летящему мячу.
2. Прием мяча осуществляется пальцами.
3. Смягчающее движение (одновременное сгибание рук и ног).

Для обучения правильному держанию и приему мяча детей дошкольного возраста, применяется методический прием «волшебные перчатки» (держать мяч и ловить его можно только пальцами рук, словно на них надеты перчатки).

Правила выполнения *передачи мяча двумя руками снизу (от груди)*:

1. Ноги в упругом положении – игровая стойка с мячом.
2. Руки с мячом на уровне пояса (груди) и слегка согнуты в локтях.
3. Разгибая сзади стоящую ногу, перенести вес тела на другую.
4. Бросить мяч вперед-вверх двумя руками, следя за его полетом.

При выполнении передач мяча любым способом для закрепления осознанного движения – одновременной работы рук и ног – используется методический прием «ноги-пружинки» (когда мяч находится в руках, «пружинка» сжимается – сгибание ног, а когда разжимается – выпрямление ног, словно выталкивает вверх, помогая рукам бросить мяч).

Наиболее сложным элементом игры в пионербол является *подача мяча*.

Правила ее выполнения:

1. Встать в игровой стойке лицом к сетке.
2. Держать мяч согнутыми руками перед грудью.
3. Выполнить замах: отвести мяч к плечу, удерживая его на ладони бросающей руки, придерживая другой; повернуть туловище в сторону бросающей руки; перенести вес туловища на сзади стоящую ногу.

4. Переноса вес тела на впереди стоящую ногу развернуть туловище направлении полета мяча.
5. Выполнить бросок мяча вдаль-вверх с одновременным выпрямлением бросающей мяч руки.

Закрепление всех двигательных действий с мячом и без мяча осуществляется в подвижных играх и при выполнении игровых упражнений в непосредственно образовательной и самостоятельной деятельности.

После того как дети овладеют основными двигательными действиями, необходимыми для игры в пионербол, организуются соревнования, турниры между командами по предусмотренным правилам и с судейством. Подобные мероприятия поводятся в форме спортивных развлечений.

2.2. Правила игры «пионербол» для детей дошкольного возраста

Игра проводится между двумя командами. Цель каждой команды в игре – набрать 15 очков в каждой партии быстрее соперников, соблюдая при этом правила игры.

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).

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. Мяч, приземлившийся на черту, считается правильным (ограничительная черта считается площадкой.)

Потеря мяча

При подаче мяч, попавший в сетку и отскочивший на свою сторону, считается потерянным – очко в этом случае засчитывается в пользу противоположной команды. Любая ошибка одной команды засчитывается в пользу противоположной команды.

Касание сетки

Касание сетки руками для детей дошкольного возраста допустимо.

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.

Три касания мяча

Вся команда имеет право касаться мяча на своей площадке не более трех раз, то есть игрок, поймавший мяч, может выполнять передачу другому игроку своей команды, тот еще одну для нападающего броска другому игроку.

Переход игроков

Игроки одной команды перемещаются на своей стороне площадки на одно место по часовой стрелке после потери противоположной командой права подачи мяча (на начальном этапе обучения игроки передней и задней линии могут меняться самостоятельно или по указанию педагога). Так в команде меняется подающий игрок.

Замена игроков

Взрослый может менять игроков во время игры и во время перерыва (иногда эту функцию может выполнять капитан команды, выбранный самими детьми). Замену в командах можно производить неограниченное количество раз.

Время игры

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. Время игры по часам не фиксируется.

Правила поведения

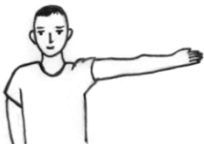

Во время игры дети должны проявлять корректность, уважение к сопернику.

2.3 Судейство при проведении игры «пионербол»

Судья (инструктор по физической культуре, воспитатель) 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

Жест	Описание	Значение
	Взмах руки в сторону	Подает команда, на которую указал судья
	Скрещивание рук над головой	Игра окончена

	Прямая рука опущена вниз - в сторону	Мяч упал в пределах площадки
	Согнутые руки подняты вверх ладонями к лицу	Мяч упал за пределы площадки (аут)
	Круговое движение предплечьем одной руки по часовой стрелке	Переход игроков по зонам
	Движение согнутыми руками навстречу	Смена сторон площадки

2.4 Подвижные игры с мячом, включающие элементы игры «пионербол»

Приучать детей к пониманию сигналов, с целью развития зрительного и слухового восприятия детей, следует в игровой форме. Этому содействуют подвижные игры с элементами пионербола, сопровождение которых ведет судья (инструктор по физической культуре, воспитатель) с помощью жестовой системы.

Мяч соседу

(чувакская народная игра)

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга. У игроков, оказавшихся в круге напротив друг друга, в руках мячи. По свистку судьи все начинают передавать мячи друг другу в любом направлении, стараясь одним мячом догнать другой мяч.

После окончания игры раздается свисток. Судья показывает жест – скрещение рук над головой – означающий окончание игры.

В игру можно включить сюжет, например, «Лиса и заяц»* («лиса» – баскетбольный мяч гонится за «зайцем» – волейбольным мячом).

Гонка мячей по кругу

Это один из вариантов предыдущей игры. Дети также стоят в кругу. У игроков, оказавшихся в круге напротив друг друга, мячи. По свистку судьи все начинают передавать мячи друг другу в одном направлении, стараясь догнать другой мяч.

После окончания игры раздается свисток. Судья показывает жест (скрещение рук над головой), означающий окончание игры.

Мяч над головой

Дети делятся на команды и выстраиваются в колонны по одному. Дистанция между игроками 0,5 м. По свистку первый игрок, который стоит впереди колонны, прогибаясь

передает мяч назад над головой второму игроку из рук в руки, второй – третьему и т.д. Последний игрок берет мяч в руки и перебегает вперед, становясь впереди колонны, и снова передает мяч назад. Так передачи мяча и перебежки последних игроков в колоннах продолжаются до тех пор, пока каждый игрок команды не окажется на своем месте как в начале игры.

Победителя определяют по жесту судьи – взмах руки в сторону выигравшей команды, которая первой закончила выполнять задание.

У этой игры есть много разновидностей, например, «Мяч под ногами» (игроки в колоннах передают мяч из рук в руки или прокатывают по полу под ногами), «Мяч сбоку» (выполнять передачи мяча справа назад, а затем слева вперед без перебежек игроков с места на место).

Пятерки

Дети становятся в рассыпную и выполняют разные задания с мячом:

- 1) подбросить мяч вверх и поймать его – 5 раз;
- 2) тоже после одного хлопка – 4 раза;
- 3) тоже после двух хлопков – 3 раза;
- 4) тоже после хлопка и отскока мяча от пола – 2 раза;
- 5) тоже после хлопка за спиной – 1 раз.

Каждый игрок, выполнивший задание первым, получает 1 балл. В конце игры подводятся итоги подсчетом общего количества баллов. Жест – взмах руки в сторону игрока – указывает на победителя.

Десятки

Другой вариант игры «Пятерки». В этой игре выполнение первого задания начинается с 10 раз, второго – с 9 раз и т.д. Для последних заданий можно придумать более сложные варианты действий с мячом. Например:

- подбросить мяч вверх и поймать его после поворота кругом на 360° и отскока мяча от пола;
- тоже после поворота кругом на 360°;
- ударить мяч об пол так, чтобы он высоко подпрыгнул, повернуться кругом и поймать его;
- подбросить мяч вверх и поймать его после хлопка спереди и за спиной;
- приподняв правую ногу вперед, бросить мяч правой рукой об пол так, чтобы он пролетел под правой ногой, поймать мяч (тоже под левой ногой).

Эти же задания можно выполнять у стены или в парах.

Съедобное - несъедобное

Дети встают в круг. У одного игрока в руках мяч. Назвав какой-нибудь предмет, он одновременно бросает мяч любому из игроков. Если был назван съедобный предмет, то мяч должен быть пойман, если несъедобный, то его ловить нельзя.

Если игрок ошибается (ловит мяч, названный несъедобным), то раздается свисток и судья показывает жест – согнутые руки подняты вверх ладонями к лицу. Этот игрок выбывает из игры. Если не ошибается, то сам становится ведущим. Для этого судья показывает жест, обозначающий переход игроков – круговое движение предплечьем одной руки по часовой стрелке.

Побеждает последний, не выбывший из игры.

10 передач

Дети становятся тройками на расстоянии 2 м друг от друга (рис. 2).

У каждой тройки по мячу. По свистку они передают мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить мяч.

После выполнения 10 передач мяча последний игрок поднимает мяч вверх в знак окончания игры.

Игра останавливается свистком. Победителя определяют по жесту судьи – взмах руки в сторону выигравшей тройки.

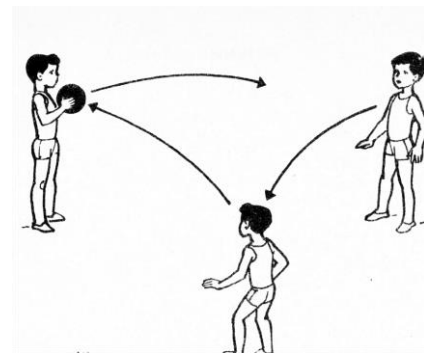


Рис. 2

Охотники и утки

Дети делятся на две одинаковые команды «охотников» и «уток». «Охотники» становятся по очерченному кругу, а «утки» в середине. У одного из «охотников» в руках мяч. По свистку судьи, который засекает время, «охотники», не входя в круг, бросают мяч в «уток». «Подстреленная утка» выходит из игры. Если мяч рикошетом задевает другого игрока, он тоже считается выбитым.

Игра идет до тех пор, пока все утки не будут «подстрелены», после чего команды меняются ролями (раздается свисток, судья показывает жест, обозначающий смену игроков – круговое движение предплечьем одной руки по часовой стрелке).

Выигрывает команда, выбившая всех «уток» за наименьшее количество времени.

Перебрось мяч

Две команды располагаются на ограниченной площадке в две шеренги лицом друг к другу, параллельно линии, расположенной в центре между ними. У каждого игрока в руках мяч. По свистку дети постоянно перебрасывают все мячи на противоположную сторону площадки, так чтобы на своей половине не оставалось

мячей. Перемещаться игрокам можно только на своей стороне, переходить через центральную линию на сторону соперников запрещается.

По свистку игра останавливается, судья считает количество мячей на каждой стороне площадки.

Победителя определяют по жесту судьи – взмах руки в сторону выигравшей команды, на чьей стороне оказалось меньше мячей.

Передал - садись

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 (рис. 3).

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. Если игрок не поймал мяч, он должен сбегать за ним, вернуться на свое место и передать мяч капитану.

Выигрывает команда, которая раньше выполнила задание. Игра останавливается свистком. Победитель определяется по жесту судьи – взмах руки в сторону выигравшей команды.

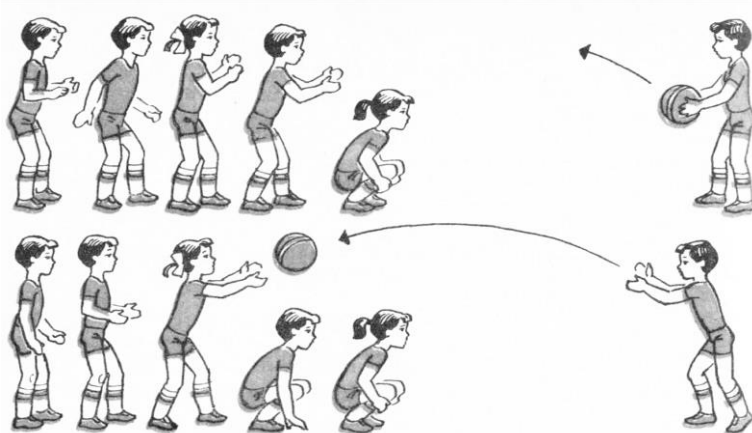


Рис. 3

Мяч капитану

Дети делятся на две команды, каждая из которых образует круг. В центре круга стоит капитан с мячом. По свистку судьи капитаны бросают мяч одному игроку команды, получают от них обратно, затем бросают второму, потом третьему и т.д. Когда последний игрок передаст мяч капитану, тот поднимает мяч вверх в знак окончания игры.

Выигрывает команда, которая быстрее закончила выполнять передачи. Победитель определяется по жесту судьи – взмах руки в сторону выигравшей команды.

Кого назвали, тот и ловит

Дети становятся в круг, в центре которого стоит ребенок с мячом (рис. 4). Он бросает мяч вверх и вызывает по имени того, кому предназначается мяч. Тот должен поймать мяч, не уронив его. После этого поймавший мяч становится в центр круга.

В случае если ребенок не смог поймать мяч, раздается свисток и судья показывает жест – согнутые руки подняты вверх ладонями к лицу. Этот игрок остается на своем месте в кругу.

Выигрывает тот, кто ни разу не уронил мяч или, если таковых нет, тот, кто уронил его наименьшее количество раз

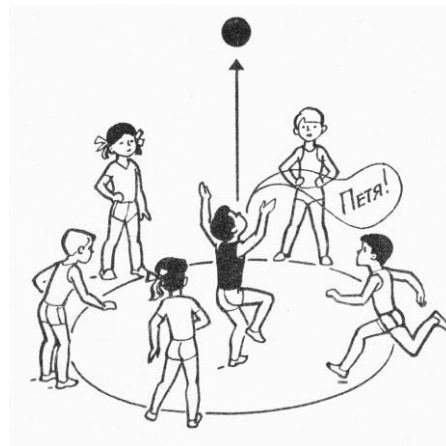


Рис. 4.

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 длится до тех пор, пока не останется один ловкий игрок, который определяется жестом судьи – взмах руки в сторону победителя.

Окончание игры сопровождается продолжительным свистком и жестом судьи – скрещение рук над головой – означающим окончание игры.

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 (передать мяч соседним игрокам запрещено). Водящий старается перехватить мяч, находящийся в воздухе, или хотя бы дотронуться до него 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 (круговое движение предплечьем одной руки по часовой стрелке), означающий переход игроков).

Победителями становятся те игроки, которые ни разу не оказались на месте водящего.

Окончание игры сопровождается продолжительным свистком и жестом – скрещение рук над головой – игра окончена.

Мяч через сетку

Дети становятся парами напротив друг друга и по свистку выполняют передачи через сетку (веревку) разными способами, стараясь не уронить мяч.

Побеждает пара, выполнившая наибольшее количество передач мяча без падения его на землю.

После окончания игры раздается свисток, и показывается жест (скрещивание рук над головой), означающий окончание игры.

2.5 Распределение игроков на команды

При организации тренировочной игры в пионербол или подвижных игр с мячом также важным моментом является распределение игроков на команды. Оно может осуществляться разными способами. Ниже приведены несколько из них (*из опыта работы*), но педагог может придумать свой вариант.

По расчету. Производится расчет на первый – второй, соответственно игроки № 1 оказываются в одной команде, № 2 – в другой.

По распределению. Взрослый делит детей на команды по своему усмотрению. (Данный способ распределения игроков используется на начальном этапе обучения игре с целью уравнивания сил в командах.)

По цвету. Дети делятся на две команды в соответствии с цветом своей футболки.

По выбору капитана.

1 вариант. Назначаются два капитана, которые выбирают себе команду на свое усмотрение.

2 вариант. Деление проводится в виде игры.

Все игроки делятся на пары, кроме капитанов. Каждый игрок в паре зашифровывает свое имя названием фрукта, овоща, птицы, игрушки и т.д. (например, 1 пара – апельсин и мандарин, 2 пара – мотоцикл и машина и т.п.), затем предлагают капитану сделать выбор, задавая вопрос: «Что ты выбираешь – апельсин или мандарин?» После сделанного выбора игрок, зашифрованный под тем названием, который выбран этим капитаном, становится членом его команды, соответственно другой игрок переходит в другую команду.

По желанию детей. Дети самостоятельно делятся на две команды. (Данный способ чаще используется на этапе совершенствования игры.)

2.6 Календарно-тематическое планирование 1 год обучения

Месяц	№	Тема занятия	Содержание учебного материала и методические указания
Сентябрь	1	Тестирование	Приём контрольных нормативов.
	2	Тестирование	Приём контрольных нормативов.
	3	Знакомьтесь – «Пионербол»	Создать представление у детей об игре пионербол с помощью составленной презентации; заинтересовать детей данной спортивной игрой, познакомить с техникой безопасности игры. Учить детей передавать, ловить мяч, развивать ориентирование на площадке в игре «Займи свободный кружок».
	4	«Такие разные мячи»	Познакомить детей с видами мячей и соответствующими спортивными играми. Совершенствовать навыки игровых умений в игре «Вышибалы», знать и применять правила безопасности в игре.
Октябрь	5	«Ловкий мяч»	Познакомить со «стойкой игрока»; развивать ловкость при подаче и ловле мяча. Игра «Мяч через сетку» (в парах).
	6	«Ручной мяч»	Продолжить учить детей выполнять стойку игрока. В игре «мяч партнёру» развивать ловкость, прыгучесть при ловле мяча. Способствовать развитию ориентировке (ориентированию) в пространстве в игре «Ловишка с мячом».
	7	«Мяч в игре»	Развивать зрительное и слуховое восприятие в игре «Бег по расчёту», умение ориентироваться в спортивном зале, развивать ловкость, координацию в играх «10 передач», «Мяч водящему»
	8	Раз прыжок – два прыжок...»	Способствовать развитию прыгучести в игре «Удочка», «Прыжки через препятствия»; в игре «Мяч через сетку» учить детей принимать стойку игрока, выполнять бросок мяча из-за головы.
Ноябрь	9	«Ловкие, быстрые»	Упражнять в перемещении с мячом, развивать скоростно-силовые качества в игре «Кто первый?» Броски мяча способом из-за

			голова в двойках, тройках. Способствовать развитию внимательности в игре «Вызов номеров».
	10	«Ловкие, меткие»	Совершенствовать навык броска мяча вверх и ловлю его двумя руками на месте, развивать умение прокатывать мяч одной и двумя руками из разных положений. Научиться управлять мячом, чувствовать его. Упражнять в прыжках на короткой скакалке. В игре «эстафеты с бегом», упражнять в скоростно-силовых качествах.
	11	Строевые упражнения и команды	Закреплять умение ориентироваться в пространстве, быстро и чётко выполнять команды, строится в колонну по 2, 3, 4. Упражнять в выполнении приставного шага с передачей мяча от груди в паре. В игре «10 передач» развивать умения согласовывать действия с товарищами, воспитывать желание помочь ему при затруднении.
	12	«Я в команде»	Познакомить детей с расстановкой игроков на поле, определяя зоны для игроков и используя зрительные ориентиры. Научить перемещаться по площадке. В игре «Мяч через сетку» учить перебрасывать мяч через сетку соперникам.
Декабрь	13	«Развиваем силу, скорость, ловкость»	Формировать навык прыжка в высоту с места, помня о технике безопасности при выполнении прыжков. Развивать координацию и вестибулярный аппарат при прыжках с поворотом. Продолжить упражнять в передаче мяча в движении. В игре «Мяч водящему» учить работать в команде, стремиться к победе.
	14	«Правила замены»	Продолжать знакомить детей с расстановкой игроков на поле, определяя зоны для игроков и используя зрительные ориентиры. Научить перемещаться по площадке. Объяснить ребятам правила замены, функцию запасных. В игре «Меткие стрелки» учить уворачиваться от двух мячей, бросающим соблюдать технику безопасности.

	15	Действия с мячом	Упражнять в действиях с мячом: бросок мяча о пол, стенку и ловля его с отскока; передача мяча от груди при движении парами; бросок набивного мяча двумя руками из-за головы. В игре «Передал – садись» учить регулировать силу броска, быть внимательным, учить группироваться.
Январь	16	«Я в команде»	Продолжать учить детей расстановке игроков на поле, определяя зоны для игроков, не используя зрительные ориентиры. Учить перемещаться по площадке, использовать замену, напомнить о функции запасных.
	17	Действия с мячом	Научить точности передачи мяча партнеру на месте и в движении. Учить выполнять бросок мяча через сетку в прыжке. В игре «У кого меньше мячей?», «Борьба за мяч» сочетать свои действия с действиями других игроков команды, учить работать в команде.
	18	«Меткий, быстрый, ловкий»	Упражнять в метании малого мяча в вертикальную цель, развивать координацию в челночном беге «Быстро возьми – быстро положи». Упражнять в выполнении верхней и нижней подачи мяча. В игре «Подвижная цель» учить детей передавать, ловить мяч, согласовывать свои действия в команде.
Февраль	19	«Учимся, играя»	Упражнять в приёме мяча снизу двумя и одной рукой. В игре «мяч через сетку» учить использовать разные способы подачи и приёма мяча. Объяснение термина «потеря подачи». В игре «Вышибалы» упражнять не только в увёртывании от мяча, но и в его ловле.
	20	«Пионербол»	Упражнять в передаче мяча через сетку двумя руками с места в прыжке, одной рукой в прыжке, в ловле мяча сверху и перед собой. Продолжить упражнять в прыжках на двух ногах. В игре «Попробуй отними» способствовать развитию ловкости, силовых качеств.
	21	«Начинаем играть!»	Упражнять в перемещении по площадке вперёд, назад, правым боком, левым.

			Закрепить знания о расстановке игроков в игре и объяснить правила трёх передач, правила трёх шагов в «Пионерболе». Продолжить изучать и использовать ранее разученные технические приёмы: подача и приём мяча.
	22	«Начинаем играть!»	Продолжать объяснять правила игры: выход мяча из игры, подача и пас в игре. Развивать ловкость, учить принимать решения в процессе игры пионербол.
Март	23	«Круговая тренировка»	Способствовать развитию физических качеств, используя различный инвентарь и оборудование: упражнять в прыжках, группировке в пролезании, забрасывании малого мяча в «целеброс», боковом перекате. Совершенствовать умение перебрасывать мяч напарнику через сетку изученными способами, ловить мяч. Способствовать развитию внимательности в играх «Кого назвали, тот и ловит», «Бег по расчёту».
	24	«Пионербол»	Упражнять в перемещении с мячом в игре. Закреплять умение выполнять подачу и приём мяча. В игре «Снайперы упражнять детей в быстроте реакции, ловкости, владении мячом.
	25	«Пионербол»	Продолжать обучать прыжковым упражнениям. В игре «пионербол» познакомить детей с термином «партия». Закреплять умение выполнять нижнюю, верхнюю подачу мяча, использовать правила замены игроков.
Апрель	26	«Упражнения с мячом»	Упражнять в выполнении передачи мяча сверху двумя руками, выполняя приём мяча снизу и одной рукой. В игре «3 касания» закрепить понимание детей о правиле 3 передач. В игре пионербол учить детей делать не более 3 шагов по площадке при передаче мяча.
	27	«Пионербол»	Объяснение термина «1 пас в атаке». Значение фразы – нападающий удар. Игра в пионербол.

	28	«Ручной мяч»	Продолжить выполнение с детьми строевых, акробатических упражнений. Способствовать развитию выдержки, дисциплины. Упражнять в подбрасывании мяча одной рукой и ловле другой. В игре «Горячий мяч» учить быстро ориентироваться в игре. Развивать скорость реакции.
	29	«Круговая тренировка»	Упражнять в акробатических упражнениях (боковой перекат), развивать силу мышц рук в вися на кольцах, развивать прыгучесть. В игре «Гонка мячей по кругу» упражнять детей в ловкости, умении работать в команде.
Май	30	«Пионербол»	Учить играть по изученным правилам. Способствовать развитию желания соревноваться, желание играть в команде, побеждать.
	31	«Пионербол»	Привлечь родителей к совместной деятельности, показать итог годовой работы. Воспитывать радость от спортивной игры, потребность в систематических занятиях спортом.
	32	Тестирование.	Приём контрольных нормативов.
	33	Тестирование.	Приём контрольных нормативов.

2 год обучения (72 часа).

Месяц	№	Тема занятия	Содержание учебного материала и методические указания
Сентябрь	1	Тестирование	Приём контрольных нормативов.
	2	Тестирование	Приём контрольных нормативов.
	3	«Пионербол»	Повторить с детьми правила игры пионербол; технику безопасности игры. Упражнять детей в передаче, ловле мяча, развивать ориентировку на площадке в игре «Займи свободный кружок».
	4	«Ловкий мяч»	Упражнять в передаче мяча в парах, используя приставной шаг. Закрепить с детьми понятие «стойка игрока». Упражнять в действиях с мячом: подбрасывать мяч вверх и ловить его одной рукой, двумя после отскока от пола, после двух и трех хлопков

			<p>подряд.</p> <p>В игре тройками «А ну–ка, отними!», подготавливать детей к блокированию.</p>
Октябрь	5	«Ловкий мяч»	Закрепить приобретённые знания «стойки игрока»; развивать ловкость при подаче и ловле мяча. В игре «Мяч через сетку» (в четвёрках) способствовать развитию прыгучести, ловкости, координационных способностей.
	6	Блокирование	Познакомить с технико-тактическим приёмом «блокирование» в игре пионербол. Способствовать развитию ориентированию в пространстве в игре «Ловишка с мячом».
	7	Блокирование	Продолжать учить сложному приёму блокирование в игре «Перехвати мяч», «Отбей мяч»; развивать ловкость, координацию в играх «10 передач», «Мяч водящему».
	8	Круговая тренировка	Упражнять в акробатических упражнениях (боковой перекат), развивать силу мышц рук в висе на кольцах, развивать прыгучесть. В игре «Гонка мячей по кругу» упражнять детей в ловкости, умении работать в команде.
Ноябрь	9	«Ловкие, быстрые»	Упражнять в перемещении с мячом, развивать скоростно-силовые качества в игре «Кто первый?» Броски мяча способом из-за головы в двойках, тройках. Способствовать развитию внимательности в игре «Вызов номеров».
	10	Нападающий удар	В игре пионербол вспомнить с детьми об одном пасе в атаке. Обучить технике нападающего удара. В игре «Подвижная цель» способствовать развитию глазомера, ловкости, развития силы.
	11	Строевые упражнения и команды	Закреплять умение ориентироваться в пространстве, быстро и чётко выполнять команды, строится в колонну по 2,3,4, в 2 круга на ходу, быстро и уверенно выполнять команды. Закреплять умение непринуждённо двигаться по площадке в игре пионербол, зная зоны и правила перемещения.

	12	В «тренажёрном зале»	Создать непринуждённую и уютную обстановку в тренажёрном зале. Способствовать развитию прыгучести на батуте; глазомера, ловкости при бросании малого мяча в «целеброс»; научить расслаблению и массажу в сухом бассейне, развивать силовые качества на кольцах. (Использовать групповой способ действия).
Декабрь	13	«Развиваем силу, скорость, ловкость»	Формировать навык прыжка в высоту с места, помня о технике безопасности при выполнении прыжков. Развивать координацию и вестибулярный аппарат при прыжках с поворотом. Закреплять умение передавать мяч в движении. В игре «Мяч водящему» учить работать в команде, стремиться к победе.
	14	«Пионербол»	Закрепить знания детей о расстановке игроков на поле, их перемещении, о выходе мяча из игры, правилах подачи, передачи мяча. В игре «снайперы» упражнять в умении уворачиваться от двух мячей, бросающим соблюдать технику безопасности.
	15	Потеря права на подачу	Способствовать развитию скорости, ловкости в челночном беге. Познакомить детей с основными правилами потеря права мяча на подачу. В игре «Передал – садись» учить регулировать силу броска, быть внимательным, учить группироваться.
Январь	16	«Весёлая скакалка»	Упражнять в прыжках через скакалку, используя разные способы. Развивать прыгучесть, ловкость, выносливость. В игре «Часы пробили ровно час...» учить действовать по сигналу, прыгать в паре.
	17	Действия с мячом	Упражнять в подаче и блокировании мяча, действуя в паре. В игре «У кого меньше мячей?», «Борьба за мяч» сочетать свои действия с действиями других игроков команды, учить работать в команде.
	18	«Меткий, быстрый,	Упражнять в метании малого мяча в вертикальную цель, развивать координацию в

		ловкий»	челночном беге «Быстро возьми – быстро положи». Закреплять умение выполнять верхнюю и нижнюю подачу мяча. В игре «Вышибалы с 2 мячами» закреплять умение детей быстро уворачиваться, соблюдая технику безопасности.
Февраль	19	«Учимся, играя»	Упражнять в приёме мяча снизу двумя и одной рукой. В игре «мяч через сетку» учить использовать разные способы подачи и приёма мяча. Объяснение термина «потеря подачи». В игре «Вышибалы» упражнять не только в увёртывании от мяча, но и в его ловле.
	20	«Весёлые старты с мячом и скакалкой»	Создать радостную и непринуждённую обстановку, в которой закрепить все приобретённые умения и навыки упражнений с мячом и скакалкой. Воспитывать потребность в систематических занятиях физкультурой.
	21	«Пионербол»	Продолжить упражняться и использовать ранее разученные технические приёмы: подача и приём мяча, нападающий удар, перемещение по площадке, пас, блокирование, правила трёх передач, перемещение по площадке. Отрабатывать приобретённые навыки. Воспитывать уважительное отношение друг к другу и не спорить с судьёй.
	22	«Начинаем играть!»	Продолжать объяснять правила игры: выход мяча из игры, подача и пас в игре. Развивать ловкость, учить принимать решения в процессе игры пионербол.
Март	23	«Круговая тренировка»	Способствовать развитию физических качеств, используя различный инвентарь и оборудование: упражнять в прыжках, группировке в пролезании, забрасывании малого мяча в «целеброс», боковом перекате. Использовать игровые упражнения с прыжками, метаниями и бросками разных мячей в цель и на дальность. Способствовать развитию внимательности в играх «Кого

			назвали, тот и ловит», «Бег по расчёту».
	24	«Пионербол»	Упражнять в перемещении с мячом в игре. Закреплять умение выполнять подачу и приём мяча. В игре «Снайперы» упражнять детей в быстроте реакции, ловкости, владении мячом.
	25	«Пионербол»	Упражнять в технике быстрой атаки. Закреплять технику перемещений и владение мячом. Использовать игровые упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Совершенствовать приобретённые навыки игры.
	26	Учебно-тренировочные игры	Продолжить выполнение с детьми строевых, акробатических упражнений. Способствовать развитию выдержки, дисциплины. Закреплять приобретённый навык владения мячом, скакалкой. Использовать игры «Ловец с мячом», «10 передач», «Мяч капитану».
Апрель	27	Подготовка к открытому турниру по пионерболу	В разминке использовать все виды ходьбы и бега, упражнения на все группы мышц. Воспитывать уважительное отношение к соперникам. Вспомнить и подытожить все изученные правила игры. Закрепить знания о технике безопасности в игре. Играть в пионербол.
	28	«Пионербол»	Упражнять детей в скоростно-силовых, координационных качествах, ловкости. Совершенствовать приобретённые навыки владения мячом на данном возрастном уровне.
	29	«Круговая тренировка»	Упражнять в акробатических упражнениях (боковой перекач), развивать силу мышц рук в висе на кольцах, развивать прыгучесть. В игре «Гонка мячей по кругу» упражнять детей в ловкости, умении работать в команде.
	30	«Пионербол»	Автоматически применять изученные приёмы, совершенствоваться в игре. Совершенствоваться в двухсторонней игре, довести навык до умения автоматически применять изученные приемы.

Май	31	«Пионербол»	Учить играть по изученным правилам. Способствовать развитию желания соревноваться, желание играть в команде, побеждать.
	32	Открытый турнир по пионерболу	Привлечь родителей, учащихся первых классов к совместной деятельности, показать итог годовой работы с дошкольниками. Воспитывать радость от спортивной игры, потребность в систематических занятиях спортом. Закреплять умение выбирать целесообразные способы и ситуации действий с мячом.
	33	Тестирование	Приём контрольных нормативов.
	34	Тестирование	Приём контрольных нормативов.

2.7 Перспективный план работы кружка «Пионербол»

№	С о д е р ж а н и е з а н я т и я	Месяц	Количество занятий
	Диагностика физической подготовленности детей - контрольные занятия	Сентябрь	2 занятия
I.	Первоначальный этап обучения:		
1.	Упражнения с мячом из положений лежа, сидя, стоя на коленях Бросок мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.	Сентябрь	1 занятие
2.	Подбрасывание и ловля мяча: а) с хлопком; б) с поворотом. Бросок мяча в цель удобным для ребенка способом. Игры: «Кого назвали, тот ловит», «Играй, играй, мяч не теряй», «Школа мяча», «Сделай фигуру».		1 занятие
1.	Ходьба с подбрасыванием и ловлей мяча.	Октябрь	1 занятие
2.	Передача мяча двумя руками от груди стоя на месте в парах.		1 занятие
3.	Бросок мяча в цель, способ: двумя руками от груди.		1 занятие
4.	Передвижение по площадке с мячом. Игры: «Мяч, водящему», «Займи свое место»,		1 занятие

	«10 передач».		
1.	Бросок мяча в высоту /как можно выше/ и его ловля.	Ноябрь	1 занятие
2.	Передача мяча друг другу двумя руками от груди при движении.		1 занятие
3.	Бросок мяча вдаль из-за головы.		1 занятие
4.	Освоение приемов смены места на площадке при игре в «Пионербол». Игры: «Не ошибись», «Кто дальше», «Выбивной»		1 занятие
II	Углубленное разучивание:		
1.	Перебрасывание мяча с одной руки на другую.	Декабрь	1 занятие
2.	Передача мяча в шеренге, по кругу.		1 занятие
3.	Бросок мяча через сетку.		1 занятие
4.	Овладение навыком смены мест, играющих в «Пионербол» по сигналу. Игры «Чья команда не ошибется», «Займи свободный кружок».		1 занятие
1.	Перебрасывание мяча в парах различными способами: а) от груди; б) из-за головы; в) снизу. Бросок и ловля мяча через сетку в парах.	Январь	1 занятие
2.	Переход с подачей мяча.		1 занятие
3.	Игры: «Передай - садись», «не урони мяч», «У кого меньше мячей».		1 занятие
1.	Передача мяча в тройках, шестерках.	Февраль	1 занятие
2.	Броски мяча через сетку двумя руками из-за головы от линии броска.		1 занятие
3.	Переход с подачей.		1 занятие

2.8 Мониторинг усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом

В ходе непосредственно образовательной и самостоятельной деятельности проводится мониторинг промежуточных результатов и оценка итоговых результатов усвоения детьми двигательных умений и навыков движений с мячом. Он осуществляется в конце каждого психологического возраста, и по его результатам можно делать выводы об успешности решения образовательных задач.

Если тот или иной показатель сформирован у ребенка и соответственно наблюдается в его деятельности, инструктор по физической культуре, воспитатель ставят уровень «высокий».

Если тот или иной показатель находится в состоянии становления, проявляется неустойчиво, ставится «средний уровень». Эти оценки отражают состояние нормы развития двигательных умений и навыков движений с мячом, и проведения дальнейшей специальной диагностической работы не требуется.

Если тот или иной показатель не проявляется в деятельности ребенка (ни в совместной со взрослым, ни в самостоятельной деятельности), возможно создание специальных ситуаций, провоцирующих его проявление (инструктор по физической культуре, воспитатель может предложить соответствующее задание, попросить ребенка что-либо сделать и т.д.). Если же указанный показатель не проявляется ни в одной из ситуаций, ставится оценка «низкий уровень».

Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом

Уровень	Возрастная группа	
	Старшая	Подготовительная
Высокий	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.

Средний	Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе.	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.
Низкий	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.

Тесты для определения уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом

№	Двигательное задание	Возраст	
		5-6 лет	6-7 лет
1	Подбрасывание волейбольного мяча вверх и ловля его двумя руками несколько раз подряд (кол-во раз)	до 10	10-20
2	Отбивание мяча от стены (кол-во раз)	4-8	8-10
3	Метание малого мяча на дальность (м)	3-6	5-9 м
4	Метание малого мяча в цель	с расстояния 3-5м	
5	Бросок набивного мяча вперед (м)	1	1-3
6	Передачи мяча в парах, через сетку (кол-во раз)	до 5	5-10

III. Организационный раздел

3.1 Материально-техническое обеспечение.

Наименование	Количество
Волейбольная сетка	1
Гимнастическая стенка	2
Мешочки для метания	По количеству детей
Гимнастические скамейки	2
Скакалки	По количеству детей
Мячи набивные	По количеству детей
Мячи волейбольные, большие резиновые, малые резиновые	По количеству детей
Маты гимнастические	5
Коврики гимнастические	По количеству детей

3.2 Методическое обеспечение

Успешность образовательного процесса по физической культуре в значительной мере обусловлена от правильно подобранного методического обеспечения, что влияет на показатели усвоения учебного материала. С помощью методов слухового, зрительного и двигательного восприятий, занимающиеся усваивают основные правила игры в пионербол, представление о тактике и технике игры.

При занятии с учащимися данной возрастной группы большое значение имеет метод зрительного восприятия. Показ физических упражнений создают зрительное представление о физических упражнениях, демонстрация наглядных пособий помогают уточнять их технику. Методы двигательного восприятия основаны на активной деятельности детей и характеризуются многократным выполнением действия по строгой регламентации либо разучивания по частям или в целом. Игровой и соревновательный методы являются неотъемлемой частью при любой форме организации занятий.

Список литературы:

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников: из опыта работы. – М.: Просвещение, 1983. – 79 с.
2. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн. Для воспитателя дет. Сада. – М.: просвещение. 1992. – 1992. – 159 с.
3. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя дет. Сада. – М.: Просвещение, 1981. – 96 с.
4. Воротилкина И.М. Физкультурно- оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Метод пособие. - М.: Изд-во.НЦ ЭНАС,2006. – 144 с.
5. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно – методической деятельности и спорте: Учебное пособие для студ. высших. учеб. Заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 296 с.
6. Кенеман А.В., Кистяковский М.Ю. Осокина Т.И. Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе. – М.: «Просвещение», 1980. – 144 с.
7. Клещев Ю.Н., Фурманов А.Г. юный волейболист. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 231 с.
8. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. – Волгоград: Учитель, 2007. – 238 с.
9. Муравьев В.А., Назарова Н.Н. Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста: Методическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2004. – 112 с.
10. Николаева Н.И. Школа мяча. – СПб: Детство – Пресс. 2008. – 96 с.
11. Физическая культура в начальных классах. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. – 176с.
12. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н., Шишкина В.А. Физическое воспитание дошкольников. Практикум для студентов средних педагогических заведений. – 3-е изд., испр. – М.: Изд. Центр «Академия», 1999. – 160 с.
13. Филиппова С.О. Пономарёв Г.Н. теория и методика физической культуры дошкольников. – СПб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС2, М., ТЦ «Сфера» 2008. – 656 с.
14. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. – М., Издательский центр «Академия», 2004. – 389 с.

Сценарий проведения турнира по пионерболу 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 Чувашии.

Звучит гимн Чувашии. Капитаны поднимают флаг Чувашской Республики.

Ведущий: Турнир по пионерболу открыт. Представляю вам судей соревнований. Главный судья – Лариса Владимировна – инструктор по физической культуре нашего детского сада. Помощники главного судьи: воспитатель Лидия Ивановна и Сергей Николаевич – папа Паши Кулагина.

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, соревнования начинать пора. 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 (ходьба по кругу на носках, пят-ках; бег по кругу, поскоки, бег с захлестом голени назад; прыжки на двух ногах врассыпную; ходьба гусиным шагом).

Специальные упражнения волейболистов (в кругу):

- 1) И.п. – о.с.
1-2 – подняться на носки, руки через стороны вверх
3-4 – опуститься, руки также вниз
- 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».

Протокол соревнований

По окончании игры под звуки спортивного марша игроки обеих команд выстраиваются на своей половине площадки для подведения итогов соревнований.

Капитан команды «Спартак»:

Команде «Олимпийцы» физкульт...

Вместе: Ура!

Капитан команды «Олимпийцы»:

Команде «Спартак» физкульт...

Вместе: Ура!

Главный судья объявляет победителей соревнований и переходит к награждению. Обе команды награждаются кубками турнира. За I место вручается золотой кубок, а за II - серебряный.

Ведущий: Спустить флаг соревнований предоставляется лучшему нападающему игроку команды «Олимпийцы» Яне Хорьковой и лучшему защитнику команды «Спартак» Карине Обориной. (Лучших игроков в командах выбирают сами дети).

Карлсон: Ребята, мне очень понравилось у вас на соревнованиях. 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,

Название команды	1 партия	2 партия	3 партия
«Олимпийцы»	15	12	15
«Спартак»	10	15	13
Общий счет 2:1 (в пользу команды «Олимпийцы»)			

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!».