

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 12
Приморского района Санкт – Петербурга

ПРИНЯТА
педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №12
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 29.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №12
Приморского района Санкт-Петербурга
Приказ №174-од от 29.08.2022 г.
_____ Т.А.Слободянюк

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Умный мяч»
(возраст детей от 5 до 6 лет)

Срок реализации – 1 год

Разработана:
Мельниковой М.В.,
педагогом
дополнительного образования

Санкт-Петербург
2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «УМНЫЙ МЯЧ» (далее Программа) соответствует основным нормативно-правовым документам дошкольного образования: Закону РФ от 29.12.2013 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

Bal-A-Vis-X расшифровывается как «Балансировочно-аудиально-визуальные упражнения» (“Balance - Auditory - Visual - Exercises”). Ее суть заключается в выполнении специальных ритмичных упражнений с резиновыми мячиками и небольшими мешочками, наполненными песком. Начинается все с самых простых движений: каждый участник занятий просто кидает мячик так, чтобы тот отскочил от пола прямо в руку. Постепенно сложность нарастает: мячик нужно кидать одной рукой, а ловить другой; затем – поймав после отскока переложить за спиной из руки в руку; затем в игру вводится второй мячик; затем все более сложные упражнения выполняются двумя участниками. А в какой-то момент их вообще начинают выполнять стоя на балансировочной доске. Всего в арсенале Bal-A-Vis-X – более 300 различных упражнений, которые позволяют улучшить зрительно-моторную координацию, формируют чувство ритма, улучшают межполушарное взаимодействие.

Программа составлена на основе авторской программы Билла Хьюберта «BAL-A-VIS-X» и структура программы соответствует ФГОС ДО.

Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому воспитанию в дошкольном учреждении. Особенностью программы является акцентирование внимания педагога не столько на внешней стороне обучения детей движениям, сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движений.

Суть упражнений:

- ритм. Имеется в виду естественный ритм. Речь идет о внутреннем ритме, который является естественным и комфортным для человека и который позволит как можно проще и естественнее выполнять то или иное упражнение, запомнить его на уровне мышечной памяти.

- работа глаз, пространственная ориентация. Во время занятия приходится до тысячи раз переводить взгляд и менять фокусировку зрения по трем основным осям: лево-право, вниз-вверх, ближе-дальше).

- сотрудничество. Основная часть наших упражнений являются парными или групповыми. Тут принципиально важна синхронность, а значит всем и каждому приходится учиться работать в команде.

- ответственность. Как только новичок достаточно овладеет тем или иным упражнением или комплексом упражнений, перед ним сразу же ставится задача научить своего менее опытного товарища. Конечно, все это делается под контролем опытного инструктора. Таким образом каждый постепенно из новичка становится все более компетентным и ответственным специалистом.

ТАКИМ ОБРАЗОМ, ОЧЕВИДНО, ЧТО ЗАНЯТИЯ ПО МЕТОДИКЕ BAL-AVIS-X ИМЕЮТ И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ, И КОРРЕКТИРУЮЩЕЕ ДЕЙСТВИЕ И СПОСОБНЫ ПОМОЧЬ В РЕШЕНИИ САМЫХ РАЗЛИЧНЫХ ПРОБЛЕМ. ОНИ РАЗВИВАЮТ НАВЫКИ КОНЦЕНТРАЦИИ И УДЕРЖАНИЯ ВНИМАНИЯ, УЧАТ СОТРУДНИЧЕСТВУ, ГАРМОНИЧНОЙ РАБОТЕ В КОМАНДЕ, ПОМОГАЮТ ПОВЫСИТЬ САМООЦЕНКУ.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт образовательно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Занятия проводятся 1 раз в неделю в спортивном зале, по подгруппам.

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ.

Всё больший интерес ребёнка пяти лет направлен на сферу взаимоотношений между людьми. Ребёнок 5-6 лет стремится поделиться своими знаниями и впечатлениями с окружающими, сверстниками, что способствует появлению познавательной мотивации в общении. Происходит дальнейшее развитие познавательной сферы личности ребёнка-дошкольника. Развитие произвольности и волевых качеств позволяет ребёнку целенаправленно преодолевать определённые трудности, специфичные для дошкольника.

Ребёнок уже может запомнить что-либо целенаправленно. Кроме коммуникативной функции речи, развивается планирующая, т. е. ребёнок учится целенаправленно планировать, логически и последовательно выстраивать свои действия и рассказывать об этом. Развивается самоинструирование, которое помогает ребёнку заранее организовать своё внимание на предстоящей деятельности. Старший дошкольник способен различать весь спектр человеческих эмоций, у него проявляются устойчивые чувства и отношения. Формируются «высшие чувства»: моральные, интеллектуальные, эстетические.

ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ, участвующих в реализации данной Программы 5-6 лет.

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ Программы: 1 год.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД освоения Программы осуществляется с 01 октября по 31 мая, продолжительностью 32 недели.

Режим занятий: Проводятся 1 раза в неделю в спортивном зале. Длительность занятия не превышает 25 мин.

Цель: Обучение детей специальных аудиально-визуальных ритмичных упражнений с помощью теннисных мячей и небольших мешочков с песком для гармоничного развития физических качеств, а также формирование навыков внимания и концентрации.

Задачи:

- улучшение и стабилизация работы вестибулярной системы ребенка;
- развитие координации движений, крупной и мелкой моторики ребенка;
- совершенствования межполушарного взаимодействия;
- развитие зрительно – пространственных представлений (координатные, метрические, пространственные, формирование схемы тела и пространства у ребенка);
- развитие зрительно-моторной координации, расширение оптического поля ребенка;
- улучшение показателей внимания: объем внимания, переключаемость, концентрация, распределение;
- улучшение саморегуляции и самоконтроля;
- повышение самооценки и уверенности в себе, развитие восприятия, внимания, памяти;
- воспитание таких качеств, как внимание, целеустремлённость, собранность, работоспособность, коллективизм;
- воспитание чувства такта.

ПРИНЦИПЫ ОТБОРА СОДЕРЖАНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- **Системный подход.** Все самостоятельные компоненты Программы рассматриваются в их взаимосвязи, в системе с компонентами основной общеобразовательной программы, но не повторяют их.

- **Личностный подход.** Опора в воспитании и обучении дошкольника делается на естественный процесс саморазвития задатков и творческого потенциала личности, создания для этого соответствующих условий.

- **Деятельностный подход.** Предполагает обучение детей выбору цели и планированию деятельности, ее организации и регулированию, контролю, самоанализу и оценке результатов деятельности.

Реализация этих принципов позволяет определить основные способы решения проблем при работе с дошкольниками, осуществить планирование и прогнозирование деятельности.

Программа составлена с учетом реализации идеи интеграции по образовательным областям ФГОС ДО:

«**Художественно-эстетическое развитие**». Дети учатся экспериментировать с упражнениями, придумывать и создавать композицию; осваивать различные художественные техники, использовать разнообразные материалы и средства.

«**Социально-коммуникативное развитие**». Взрослые создают условия для формирования у ребенка положительного самоощущения - уверенности в своих возможностях, в том, что он хороший, его любят.

«**Познавательное развитие**». Создаются условия для развития любознательности, познавательной активности, познавательных способностей детей; формируются представления в разных сферах знаний об окружающей действительности.

«**Развитие речи**». Формирование у детей основы речевой и языковой культуры, совершенствования разных сторон речи ребенка.

«**Физическое развитие**». Дети учатся координировать движения, контролировать свою осанку, позу тела при движении и умение расслабляться.

ПОМЕЩЕНИЕ

Совместная образовательная деятельность реализуется в спортивном зале.

Помещение, отводимое для образовательной деятельности, должно отвечать санитарно-гигиеническим требованиям: быть сухим, светлым, тёплым, с естественным доступом воздуха, хорошей вентиляцией, с площадью, достаточной для проведения образовательной деятельности группы в 10-12 человек. Для проветривания спортивного зала должны быть предусмотрены форточки. Проветривание спортивного зала происходит в перерыве между встречами. Перерывы между встречами дошкольников не менее 10 минут.

Общее освещение спортивного зала лучше обеспечивать люминесцентными лампами в период, когда невозможно естественное освещение. В дополнение к общему освещению должно быть предусмотрено местное освещение. Стены спортивного должны быть окрашены в светлые тона.

КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Педагог дополнительного образования; воспитатель, имеющий курсы повышения квалификации по программе дополнительного образования.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

- День индивидуальных консультаций – каждый четверг с 16.00 до 17.00
- «День открытых дверей»

РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ

- Консультации и практикумы по «умному мячу»

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего Учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.10.	31.05.	32	32 часа 1 час в неделю	17.25-17.50

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование разделов	Всего занятий	Количество занятий	
			Теория + практика	Практика
1.	Музыкально – ритмическое развитие (разминка по кругу, упражнения на развитие ориентировки в пространстве)	14	4	10
2.	Умный мяч (разучивание и освоение основных физических упражнений с мячами и мешочками)	18	4	14
Итого:		32	8	24

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы раскрывается в разделах, работа над которыми продолжается на протяжении всего периода обучения.

1. Музыкально – ритмическое развитие (разминка по кругу, упражнения на развитие ориентировки в пространстве)

Музыкальная разминка.

Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

Ритмическая гимнастика.

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

2. Умный мяч (разучивание и освоение основных физических упражнений с мячами и мешочками). Данный раздел направлен на развитие координационных движений у детей, что способствует обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят упражнения с мячиками, упражнения с мешочками, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения.

Принципы программы:

1. Принцип «От простого к сложному» заключается в том, что занятия начинаются с наиболее доступного для ребенка уровня упражнений, постепенно увеличивая их сложность и количество повторений одного упражнения.
2. Принцип «Оптимального уровня сложности» заключается в правильном подборе степени сложности упражнений для ребенка.
3. Принцип «Поэтапного освоения». Если упражнение оказывается недоступным ребенку, то оно разбивается на несколько более простых этапов.
4. Принцип «Усложнения инструкции». При первом выполнении упражнения или освоения того или иного элемента ребенок копирует движения специалиста по образцу. Постепенно к инструкции добавляется описание правильной техники выполнения. Следующий этап усложнения инструкции является добавление дополнительных условий выполнения упражнений. Таким образом, первоначально инструкция дается ребенку в виде образца действия, затем разворачивается в речевом плане, постепенно сворачиваясь до обозначения ожидаемого результата действия ребенка.
5. Принцип «Би/моно/попеременно» заключается в том, что комплекс упражнений с каждым из элементов комплекса отрабатывается сначала двумя руками одновременно, затем только правой рукой, только левой рукой и двумя руками попеременно.
6. Принцип «Направленности движений» заключается в том, что комплекс упражнений с каждым из элементов отрабатывается сначала по центру расположения ребенка, затем в правой половине пространства ребенка, левой половине и по вращательной траектории.
7. Принцип «Новизны» заключается в том, что упражнения проводятся в нестандартной для ребенка форме, вызывая тем самым эффект новизны, стимулируя познавательную активность, игровую деятельность, дополнительную мотивацию к занятиям.

КОМПЛЕКСНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Месяц	№ занятия	Тема занятия	Программное содержание	Игры
Октябрь	1	«Знакомство с умным мячиком и мешочком»	Положить и поднять мешочек правой, левой рукой, попеременно, двумя руками одновременно. Мешочки кладем на голову, на одно плечо, на другое плечо, на спину. Ходить	На внимание «Какой в руке предмет?»

			можно как вперед, так и назад. Уронил мешочек – выходи из круга.	
	2		Подкидывать мешочек и следить за ним глазами. Подкидывать мешочек и следить за ним глазами и носом, подкидывать двумя руками одновременно, правой, левой, согнутой в локте. Повторить те же упражнения с мячом.	«Кто где живет?». Ребенку называем животное, он должен назвать его дом (перекидывание мяча).
	3		Подкидывать мешочек, фиксируя взгляд на предмете, который удерживает педагог. Перекидывать мешочек из руки в руку, следить за ним глазами, затем глазами и носом. Повторить те же упражнения с мячом.	«Съедобное - несъедобное» (перекидывание мяча)
	4		Подкидывать мешочек вверх, фокусируя взгляд на мешочке, разворачивая корпус в разные стороны. Подкидывать мешочек вверх, фокусируя взгляд на мешочке, отводя руки в разные стороны. Повторить те же упражнения с мячом.	На реакцию «Догони зайчика»
Ноябрь	1	«Работа с мешочком»	Подбрасывать мешочек с шажочками (вперед-назад, вправо-влево, вперед-вправо, назад влево). Броски одной рукой с переворотом ладони на тыльную сторону («блинчики»).	На равновесие «Море волнуется»
	2		Подбрасывать мешочек со спины вперед из-за плеча («восьмерка» сзади). Подбрасывание двух мешочков. Перед собой одновременно обеими руками на одну высоту (без хлопка, с хлопком).	«Назови ласково» (ребенку предлагается слово, он должен сказать уменьшительно-ласкательную форму)

	3		Подбрасывать мешочек перед собой поочередно («часики») на одну высоту. Перед собой поочередно («часики») на одинаковую высоту разными руками. Поочередно с перекладыванием (простое «жонглирование»). Из-за спины поочередно («восьмерки» сзади). Перекладывание Начало – перекладывание одного мешочка из руки в руку: перед собой, за спиной, над головой, за головой, под коленом.	«Придумай задание с мешочком» на развитие фантазии
	4		«Восьмерка». Упражнение делается в наклон. Ноги на ширине плеч. Мешочек передаем между ног, обводя каждую ногу по траектории цифры восемь. Сначала правая ведущая рука, затем левая. Повтор несколько раз. «Не урони!». Подбрасывание мешочка с хлопком двумя руками – хлопаем в ладоши и ловим мешочек. Ребенок стоит ровно. «Волчок». Подбрасываем мешочек в прыжке, поворачиваемся на 180 градусов и ловим мешочек. «Успей хлопнуть». Подбрасываем мешочек, хлопаем в ладоши под согнутой в колене ногой. Ловим мешочек.	«Переправа» на ловкость (ребенку дается задание перепрыгнуть мешочки)
Декабрь	1	«Работа с мячом»	Положить и поднять мячик правой, левой рукой, попеременно, двумя руками одновременно. Передавать один мячик друг другу по очереди.	«Слепые шаги» на умение слышать команды других детей
	2		Ребенок стоя перекладывает один мячик с руки на руку, над головой, сзади, спереди под коленями, под правым, под левым коленом. Ребенок подбрасывает и ловит мячик с хлопками.	На внимание «Какой в руке предмет?»

	3		Перекидывать одновременно два мячика друг другу. Подбрасывать и ловить один мячик, с переключением с руки на руку.	«Кто где живет?». Ребенку называем животное, он должен назвать его дом (перекидывание мяча).
	4		Ловить мячик от педагога двумя руками. Ребенок подкидывает мячик вверх и во время броска делает хлопок.	«Съедобное - несъедобное» (перекидывание мяча)
Январь	1	«Упражнения на развитие зрительно-пространственных представлений»	Присесть и положить мяч на пол, поднять мяч с пола. Катать мяч по ноге (поочередно левой, правой, от бедра к лодыжке и обратно, прижимая мяч ладонью).	На реакцию «Догони зайчика»
	2		Ловить и бросать мяч от педагога (без отскока). Для увеличения сложности задаем разные цели. Ловить и бросать мяч от педагога с отскоком от пола.	На равновесие «Море волнуется»
	3		Попасть мячом в заданный цвет малого диаметра обруча. Не попасть мячом в заданный цвет малого диаметра обруча.	«Назови ласково» (ребенку предлагается слово, он должен сказать уменьшительно-ласкательную форму)
	4		Попасть мячиком в обруч, лежащий слева от ребенка. Попасть мячиком в обруч, лежащий справа от ребенка.	«Придумай задание с мешочком» на развитие фантазии

Февраль	1	«Работа в парах»	«Лови». Бросание мешочков друг другу одновременно, только так, чтобы мешочки не падали. Например: бросаем правой рукой – ловим левой, бросаем правой – ловим правой, бросаем левой – ловим левой. Действия проговариваем. «Вышиваем крестиком». Дети передают мешочек, стоя друг напротив друга, из левой руки в левую руку партнера, тот перекладывает его в свою правую руку и передает его уже в правую руку партнера. Получается траектория крестика. Повтор несколько раз.	«Переправа» на ловкость (ребенку дается задание перепрыгнуть мешочки)
	2		«Вышиваем крестиком». Дети передают мешочек, стоя друг напротив друга, из левой руки в левую руку партнера, тот перекладывает его в свою правую руку и передает его уже в правую руку партнера. Получается траектория крестика. Повтор несколько раз. «Вышиваем крестиком с хлопком». Усложненное упражнение вводится только после успешного выполнения облегченного варианта. Каждый раз, когда руки остаются свободными от мешочка, ребенок должен хлопнуть в ладоши.	«Слепые шаги» на умение слышать команды других детей

	3		<p>Перекладывание 1 мешочка или мяча в паре «по квадрату» из руки в руку, друг другу (перед собой, за спиной, над головой, за головой). Перекладывание одновременно 2 мешочков – «лыжи»: принцип «друг другу». Под ритм (раз-и, два-и), под музыку, не торопиться. Кладем сверху вниз (не протягиваем плашмя), принимаем – «ковшом». Дети стоят напротив друг друга, взяли мешочки в одноименные руки. Перекладывание 2 мешочков или мячей в паре «по квадрату» из руки в руку, друг другу (перед собой, за спиной, над головой, за головой). «Себе-другу». Мешочки разных цветов перекладываем разным образом (желтые перед собой, красные-над головой и т. д.) Перекладывание с выносом ноги вперед/назад, с шагами вперед/назад.</p>	<p>На внимание «Какой в руке предмет?»</p>
	4		<p>Стоя друг напротив друга передать мяч правыми руками, взять левыми. Передать мяч левыми руками, взять правыми. Перекладывание синхронизированное «пара на пару, стоя «крестиком».</p>	<p>«Кто где живет?». Ребенку называем животное, он должен назвать его дом (перекидывание мяча).</p>
Март	1	«Работа в группе сидя»	<p>Сидя в общем кругу по 1 мячу у каждого ребенка. Передать соседнему ребенку справа мяч правой рукой, левой взять. Повторить в другую сторону.</p>	<p>«Съедобное - несъедобное» (перекидывание мяча)</p>
	2		<p>Сидя в общем кругу 2 мяча у каждого второго ребенка (через одного). Передача двумя руками 2 мячей ребенку справа, забрать мячи у ребенка слева. Повторить в другую сторону.</p>	<p>На реакцию «Догони зайчика»</p>

	3		Сидя в общем кругу по 1 мячу у каждого ребенка. Передать соседнему ребенку справа мяч правой рукой, левой взять. Повторить в другую сторону.	На равновесие «Море волнуется»
	4		Сидя в общем кругу 2 мяча у каждого второго ребенка (через одного). Передача двумя руками 2 мячей ребенку справа, забрать мячи у ребенка слева. Повторить в другую сторону.	«Назови ласково» (ребенку предлагается слово, он должен сказать уменьшительно-ласкательную форму)
Апрель	1	«Работа в группе стоя»	«Передай по кругу...» Дети становятся лицом в круг. Начинаем передавать мешочек по кругу следующим образом. Ребенок вкладывает мешочек в правую руку соседа. Тот перекладывает его в свою левую руку и перекладывает следующему ребенку в правую руку и так далее по кругу. Повтор 2-3 круга. Затем меняем направление передачи мешочка в другую сторону. Повтор 2-3 круга. Усложнение упражнения заключается а) в добавлении хлопков после передачи мешочка соседу, б) в добавлении марша в такт передачи мешочка. «Боча». В кругу ставится корзина, дети отступают на несколько шагов, в зависимости от возраста, нужно закинуть в нее мешочек.	«Придумай задание с мешочком» на развитие фантазии
	2		Стоя в общем кругу 2 мяча у каждого второго ребенка (через одного). Передача двумя руками 2 мячей ребенку справа, забрать мячи у ребенка слева. Повторить в другую сторону.	«Переправа» на ловкость (ребенку дается задание перепрыгнуть мешочки)

	3		Стоя в общем кругу по 1 мячу у каждого ребенка. Ударить об пол мячом правой рукой, поймать левой, передать мяч по кругу влево. Повторить в другую сторону.	«Слепые шаги» на умение слышать команды других детей
	4		Стоя в общем кругу по 1 мячу у каждого ребенка. Ударить об пол мячом правой рукой, поймать левой, переложить мяч в правую руку и передать ребенку справа. Повторить в другую сторону.	На внимание «Какой в руке предмет?»
Май	1	«Повторение всех изученных упражнений»	Положить и поднять мешочек правой, левой рукой, попеременно, двумя руками одновременно. Передавать один мешочек друг другу по очереди. Повторить те же упражнения с мячом.	«Кто где живет?». Ребенку называем животное, он должен назвать его дом (перекидывание мяча).

	2	<p>Ловить мешочки от педагога двумя руками.</p> <p>Ребенок, стоя удерживает мешочек на голове, и одновременно выполнять действия руками (хлопки).</p> <p>Подбрасывать мешочек перед собой поочередно («часики») на одну высоту. Перед собой поочередно («часики») на одинаковую высоту разными руками. Поочередно с перекладыванием (простое «жонглирование»). Из-за спины поочередно («восьмерки» сзади).</p> <p>Перекладывание Начало – перекладывание одного мешочка из руки в руку: перед собой, за спиной, над головой, за головой, под коленом.</p> <p>«Восьмерка». Упражнение делается в наклон. Ноги на ширине плеч. Мешочек передаем между ног, обводя каждую ногу по траектории цифры восемь. Сначала правая ведущая рука, затем левая. Повтор несколько раз. «Не урони!». Подбрасывание мешочка с хлопком двумя руками – хлопаем в ладоши и ловим мешочек. Ребенок стоит ровно. «Волчок». Подбрасываем мешочек в прыжке, поворачиваемся на 180 градусов и ловим мешочек. «Успей хлопнуть». Подбрасываем мешочек, хлопаем в ладоши под согнутой в колене ногой. Ловим мешочек.</p>	<p>«Съедобное - несъедобное» (перекидывание мяча)</p>
--	---	--	---

	3		<p>Попасть мячом в заданный цвет малого диаметра обруча. Не попасть мячом в заданный цвет малого диаметра обруча. Попасть мячиком в обруч, лежащий слева от ребенка. Попасть мячиком в обруч, лежащий справа от ребенка.</p>	<p>На реакцию «Догони зайчика»</p>
	4		<p>Стоя в общем кругу по 1 мячу у каждого ребенка. Ударить об пол мячом правой рукой, поймать левой, передать мяч по кругу влево. Повторить в другую сторону. Стоя в общем кругу по 1 мячу у каждого ребенка. Ударить об пол мячом правой рукой, поймать левой, переложить мяч в правую руку и передать ребенку справа. Повторить в другую сторону. «Передай по кругу...» Дети становятся лицом в круг. Начинаем передавать мешочек по кругу следующим образом. Ребенок вкладывает мешочек в правую руку соседа. Тот перекладывает его в свою левую руку и перекладывает следующему ребенку в правую руку и так далее по кругу. Повтор 2-3 круга. Затем меняем направление передачи мешочка в другую сторону. Повтор 2-3 круга. Усложнение упражнения заключается а) в добавлении хлопков после передачи мешочка соседу, б) в добавлении марша в такт передачи мешочка. «Боча». В кругу ставится корзина, дети отступают на несколько шагов, в зависимости от возраста, нужно закинуть в нее мешочек.</p>	<p>На равновесие «Море волнуется»</p>

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

При работе с данной программой необходимо учитывать следующие рекомендации:

- учитывать возрастные и психофизические особенности детей;
- обязательно должен быть индивидуальный подход к каждому ребенку;
- не акцентировать внимание на промахах и ошибках;
- развивающие и дидактические игры желательно включать в каждое занятие;
- обязательно проводить перед занятием инструктаж по технике безопасности.

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ (ПЛАНИРУЕМЫЕ) РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу года дети младшего дошкольного возраста (5-6 лет):

- имеет понятия о процессе совместных игр и движениях с мячами и мешочками, о чувстве такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми;
- самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары;
- умеет повторять движения с мячом за педагогом по команде;
- выражает свои эмоции – радость, грусть.

ФОРМЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

Проследить уровень освоения ребенком Программы можно через открытые занятия в спортивном зале с обязательным присутствием родителей.
Умение:

- перекладывать мячи и мешочки из рук в руки;
- работа с мячом и мешочком правой рукой;
- работа с мячом и мешочком левой рукой;
- катание мячей друг другу;
- отбивать мяч на месте двумя руками поочередно;
- ведение мяча в движении;
- прокатывать мяч одной и двумя руками из разных исходных положений;
- бросать мяч друг другу.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для успешной реализации программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: практические занятия, творческие отчеты. Кроме того, необходимы следующие средства обучения:

- Физкультурный зал.
- Физкультурный инвентарь (теннисные мячи; мешочки, набитые песком)
- Музыкальная аппаратура.
- Тренировочная одежда и обувь.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аудиально-визуальные упражнения. Интернет ресурс: <https://www.bal-a-vis-x.com>
2. Быстрова Г.А. Логопедические игры и задания. / Г.А. Быстрова, Э.А. Сизова, Г.А. Шуйская. – СПб.: Каро, 2004.
3. Здоровьесберегающие технологии воспитания в ДОУ /Т.С. Яколева, 2006г
4. Развивающая педагогика оздоровления /В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егоров – М., Линка-пресс, 2000 г./
5. Мозжечковая стимуляция. Интернет ресурс: <http://psy37.ru/mozzhechkovaya-stimulyatsiya/>
6. Сиротюк А.Л. Нейропсихологические и психофизиологические сопровождения обучения. – М.: ТЦ «Сфера», 2003.