



Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 138»
(МБДОУ «Детский сад № 138»)

Принята на Педагогическом совете
от 21.07.2025 № 5

Утверждена приказом
от 21.07.2025 № 211

Дополнительная общеобразовательная программа-
дополнительная общеразвивающая программа
(«Спортик»)
(для детей 2-3 года)

Автор программы: Павликова И.С.
Срок реализации: 2 года

город Нижний Новгород

2025 год

Содержание

1. Целевой раздел.....	4
1.1. Пояснительная записка	4
- цель и задачи дополнительной образовательной программы	
– принципы и подходы к формированию Программы;	
– значимые для разработки характеристики особенностей развития	
детей дошкольного возраста (характеристика возрастных особенностей	
воспитанников).	
1.2. Целевые ориентиры образовательного процесса (планируемые результаты	
освоения программы)	6
1.3. Срок реализации программы.....	7
2 Содержательный раздел.....	7
2.1. Учебный план.....	7
2.2. Учебно – тематический план.....	8
2.3. Работа с родителями	15
3. Организационный раздел.....	16
3.1. Расписание занятий.....	17
3.2. Материально-техническое обеспечение.....	17
3.3. Литература	
1. Целевой раздел	

Сведения о кружке «Волшебный мячик»

Образовательная область, направление – Физическое развитие

Возрастная группа – Ранняя группа (2-3 года)

Руководитель (и) кружка- Павликова И.С.

История не знает ни точного места, ни времени возникновения мяча и игр с мячом. Известно лишь, что мяч возник в глубокой древности и за свою историю существования претерпел много изменений. Первые игры с мячом бесценны по своей значимости для здоровья, эмоциональной достаточности, физического и интеллектуального развития маленького ребенка. В России игры с мячом также были известны издавна.

Каждый ребенок с раннего детства знаком с мячом. Игры с мячом весьма популярны, они встречаются у всех народов мира и не случайно считаются самыми распространенными. Игры с мячом — важнейшая составляющая полноценного детства. Кажущиеся на первый взгляд простыми, они играют огромную роль для физического и интеллектуального развития, тренируют ловкость, координацию, скорость реакции, глазомер, самоконтроль и уверенность в своих силах. Игры с мячом благоприятно сказываются на здоровье ребенка: улучшается его осанка, зрение, работа легких и сердца. Мяч также имеет социальное значение, поскольку помогает развивать навыки общения и приобретать новых друзей. Ведь чтобы пригласить кого-то к совместной игре, нужно с ним договориться! И, наконец, мяч оказывает положительное влияние на эмоциональное развитие малыша — игры с мячом приносят огромное удовольствие!

В играх с мячом развиваются физические качества: быстрота, прыгучесть, сила, ловкость. Такие игры благотворно влияют на работоспособность ребенка. Игры с мячами различного веса и объема увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей рук; при ловле и бросании мяча, ребенок действует обеими руками – это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы.

А систематические игры и упражнения с мячом активно влияют на совершенствование основных свойств нервной системы: силы, подвижности, уравновешенности. Особенно большое значение придается возникновению радостных эмоций. Положительные эмоции самые действенные!

Для ребенка мяч – предмет увлечения с первых лет жизни. Ребенок не просто играет в мяч, а варьирует им: берет, переносит, кладет, бросает, катает и т.п., что развивает его эмоционально и физически. Игры с мячом важны и для развития руки малыша.

Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга ребенка. И чем они разнообразнее, тем больше «двигательных сигналов» поступает в мозг, тем интенсивнее проходит накопление информации, а, следовательно, и интеллектуальное развитие ребенка.

Малыши, знакомясь со свойствами мяча, выполняя разнообразные действия (бросание, катание, бег за мячом и др.), получают нагрузку на все группы мышц (туловища, брюшного пресса, ног, рук, кистей), у них активизируется весь организм. Даже, казалось бы, обычное подкидывание мяча вверх вызывает необходимость выпрямления, что благоприятно влияет на осанку ребенка. Можно сказать, что игры с

мячом – специальная комплексная гимнастика: развивается умение схватывать, удерживать, перемещать мяч в процессе ходьбы, бега или в прыжке.

Игры и упражнения с мячом развивают ориентировку в пространстве, регулируют силу и точность броска, развивают глазомер, ловкость, быстроту реакции; нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно, как для малоподвижных, так и для гипер-возбудимых детей. Игры с мячом развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Он, как магнит, притягивает к себе детей, надо как можно раньше дать ребенку мяч в руки, а не откладывать это до самой школы, надо научить ребенка общаться и играть с мячом.

Дети очень любят играть с мячами, особенно с яркими, прыгучими и ловкими.

Однако многие родители уделяют мало времени играм с мячами, и даже летом, на отдыхе, мяч остается незаслуженно забытым.

Изучив психолого-педагогическую литературу по волнующей меня теме, проанализировав современные программы, свой опыт работы с маленькими детьми, я пришла к выводу, что существующий режим двигательной активности в ДООУ не способствует полному удовлетворению потребности ребёнка в движении. А оно особенно важно в раннем и младшем дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма. Я поставила перед собой следующие задачи:

- Формирование у детей потребности в двигательной активности.

Развивать ловкость, смелость, выносливость и координацию движений в процессе упражнений с мячом.

- Обеспечение эмоционального комфорта на занятии.

На практике, эти задачи, реализуются мной, через занятия кружка «Волшебный мячик». Занятия кружка не носят форму «изучения и обучения», они проводятся в игровой форме.

Цель: Создать условия для развития на занятиях сенсорных способностей детей, развитие их активных мыслительных действий в процессе физических упражнений с мячом.

Задачи кружка:

- Формирование у детей потребности в двигательной активности.
- Развивать ловкость, смелость, выносливость и координацию движений в процессе упражнений с мячом.
- Обеспечение эмоционального комфорта на занятии.

Организация занятий кружка.

- 1 занятие в неделю по 10-12 минут.

Оборудование:

- Мячи разных размеров (большой, поменьше, маленький) на каждого ребёнка.
- Дуги для прокатывания мяча.
- Горка для скатывания мяча.
- "Клубочки с хвостиком" на каждого ребенка.
- Игрушки: "Степашка", "Хрюшка", "Медвежонок", "Козленок", "Птичка",
- Куклы мальчика и девочки.
- Сухой бассейн с шариками.

Большая корзина для метания мячей.

Сетка для перебрасывания мячей через неё.

•

1.2. Целевые ориентиры образовательного процесса (планируемые результаты освоения программы).

Ожидаемые результаты:

1. . Улучшение показателей здоровья детей по всем анализируемым нозологическим формам.
2. Снижение поведенческих факторов риска среди воспитанников, опасных для здоровья.
3. Повышение информированности детей и их родителей в области здоровьесбережения в соответствии с возрастом.
4. Повышение уровня компетентности педагогов и родителей по вопросам здоровьесбережения.
5. Повышение мотивации к ведению здорового образа жизни.
6. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья.
7. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
8. Овладение навыками самооздоровления.
9. Снижение уровня заболеваемости.

Здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и от условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения, уровня развития здравоохранения и образования, социально – экономической и экологической ситуации в стране.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению детей должны находиться семья и детский сад, как две основные социальные структуры, которые, в основном, и определяют уровень здоровья ребёнка.

• 1.3. Срок реализации программы

Программа рассчитана на 1 год.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Учебный план

Перспективный план занятий кружка "Волшебный мячик"

Месяц	Тема занятия	Программное содержание
-------	--------------	------------------------

Октябрь

1 неделя

"Прокатывание мяча двумя руками от черты".

Упражнять детей в отталкивании мяча одновременно двумя руками, догонять и ловить мяч, быстро реагировать на сигнал. Воспитывать интерес, положительное отношение к игре с мячом.

Познакомить детей с величиной предмета (большой и маленький мяч)

2 неделя

"Скатывание мяча по наклонной доске".

Формировать умение скатывать мяч по наклонной доске, догонять и ловить мячик. Вызвать положительные эмоции от игры с мячом. Продолжать знакомить детей с величиной предмета.

3 неделя

"Прокатывание мяча средней величины в воротики".

Продолжать упражнять детей энергично отталкивать мяч двумя руками. Учить оценивать направление движения мяча. Вызвать у детей положительный, эмоциональный отклик от игры с мячом.

4 неделя

"Перекатывание мяча друг другу в парах из положения, сидя ноги врозь".

Упражнять детей в отталкивании мяча кистями рук так, чтобы мяч не подскакивал, а катился ровно. Способствовать развитию глазомера и координации движений. Продолжать знакомить детей с величиной предмета (большой, поменьше, маленький).

Ноябрь

1 неделя

"Перекатывание мяча друг другу в парах, стоя на коленях".

Формировать умение детей катать мяч друг другу, стоя на коленях. Развивать координацию движений и умение самостоятельно выполнять упражнение.

2 неделя

"Прокатывание мяча по скамейке, придерживая его двумя руками или одной".

Формировать умение детей катать мяч друг другу, стоя на коленях. Развивать координацию движений и умение самостоятельно выполнять упражнение

3 неделя

«Прокатывание мяча друг другу сидя в кругу».Продолжать упражнять детей в катании мяча. Способствовать развитию глазомера и координации движений. Формировать выдержку и терпение.

4 неделя

"Катание мяча от себя, лёжа на животе".

Учить детей катать мяч, лёжа на животе, отталкивая его двумя руками от себя. Развивать скоростно - силовые качества, ловкость, точность движений. Встать и догнать мяч: "Козлята играют на лужайке"

Декабрь

1 неделя"Бросание мяча вдаль через шнур".

Продолжать упражнять детей разнообразным действиям с мячом. Бросать мяч от плеча одной рукой, через шнур. Сосредоточивать внимание на цели. Формировать у детей интерес к занятиям с мячом.

2 неделя

"Бросание разных по величине мячей вверх".Развивать умение бросать мяч вверх двумя руками. Развивать скоростно - силовые качества. Закрепить с детьми знания о величине предмета (большой -маленький). Создание эмоционального комфорта во время игры с мячом.

3 неделя

"Бросание разных по величине мячей вниз".Продолжать отрабатывать у детей энергичный бросок мяча одной и двумя руками. Закрепить с детьми знания о величине предмета (большой, поменьше). Дать детям элементарные знания о здоровье. "Здоровье в порядке -спасибо зарядке!"

4 неделя

"Бросание мяча в вертикальную цель".

Учить бросать мяч средней величины в вертикальную цель. Способствовать развитию глазомера и координации движений. Вызвать положительный, эмоциональный отклик от игры с мячом

Январь

1 неделя

"Прокатывание мяча двумя руками от черты".Упражнять детей в отталкивании мяча одновременно двумя руками, догонять и ловить мяч, быстро реагировать на сигнал. Воспитывать интерес, положительное отношение к игре с мячом. Познакомить детей с величиной предмета (большой и маленький мяч).

2 неделя

"Скатывание мяча по наклонной доске". Формировать умение скатывать мяч по наклонной доске, догонять и ловить мячик. Вызвать положительные эмоции от игры с мячом. Продолжать знакомить детей с величиной предмета.

3 неделя

"Перекатывание мяча друг другу в парах из положения, сидя, ноги врозь".

Упражнять детей в отталкивании мяча кистями рук так, чтобы мяч не подскакивал, а катился ровно. Способствовать развитию глазомера и координации движений. Продолжать знакомить детей с величиной предмета (большой, поменьше, маленький).

4 неделя

"Отбивание мяча об пол". Развивать у детей силу удара, умение продвигаться вперед за мячом, выносливость. Создание эмоционального комфорта во время игры с мячом.

Февраль

1 неделя

"Бросание мяча вдаль через шнур". Продолжать упражнять детей разнообразным действиям с мячом. Бросать мяч от плеча одной рукой, через шнур. Сосредоточивать внимание на цели. Формировать у детей интерес к занятиям с мячом.

2 неделя

"Подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля его". Формировать навык ловли мяча, подброшенного вверх. Развивать ловкость, гибкость и координацию. Вызвать положительный эмоциональный отклик от игры с мячом.

3 неделя

"Ловля мяча брошенного взрослым (расстояние 70 -100 см.) Отработать с детьми ловлю и бросок мяча на расстоянии 100 см. Учить держать руки на вису и крепко держать мяч. Создание эмоционального комфорта во время игры с мячом.

4 неделя

"Прокатывание мяча в ворота,

Формировать умение детей катать мяч друг другу, в ворота. Развивать координацию движений и умение. Стоя парами. самостоятельно выполнять упражнение в паре.

Март

1 неделя" Бросание мяча двумя руками из-за головы". Развивать умение бросать мяч двумя руками из-за головы. Развивать скоростно - силовые качества. Закрепить с детьми знания о величине предмета (большой - маленький). Создание эмоционального комфорта во время игры с мячом.

2 неделя

"Бросание мяча через верёвочку". Продолжать упражнять детей разнообразным действиям с мячом. Бросать мяч от плеча одной рукой, через шнур. Сосредоточивать внимание на цели. Формировать у детей интерес к занятиям с мячом.

3 неделя

"Перебрасывание мяча друг другу парами (расстояние 1,5 -2 метра. Закрепить навык разнообразных действий с мячом. Развивать умение играть в паре, быть выдержанным и терпеливым.

4 неделя

"Отбивание мяча об пол двумя руками». Формировать умение детей отбивать мяч двумя руками, быть ловким и смелым. Закрепить умение прыгать на двух ногах и бегать в одном направлении.

Апрель

1 неделя

"Прокатывание мяча двумя руками от черты». Упражнять детей в отталкивании мяча одновременно двумя руками, догонять и ловить мяч, быстро реагировать на сигнал. Воспитывать интерес, положительное отношение к игре с мячом. Продолжать знакомить детей с величиной предмета (большой и маленький мяч).

2 неделя

"Прокатывание мяча по скамейке, придерживая его одной или двумя руками». Формировать умение детей катать мяч друг другу, стоя на коленях. Развивать координацию движений и умение самостоятельно выполнять упражнение

3 неделя

"Прокатывание мяча друг другу в парах, стоя на коленях». Формировать умение детей катать мяч друг другу, стоя на коленях. Развивать координацию движений и умение самостоятельно выполнять упражнение.

4 неделя

"Бросание мяча двумя руками от груди». Продолжать отрабатывать у детей энергичный бросок мяча двумя руками. Закрепить с детьми знания о величине предмета (большой, поменьше). Дать детям элементарные знания о здоровье. "Здоровье в порядке -спасибо зарядке!"

Май

1 неделя

Перекачивание мяча друг другу в парах из положения сидя, закрепить умение детей отталкивать мяч кистями рук так, чтобы мяч не подскакивал, а катился ровно. Способствовать развитию глазомера и координации движений. Продолжать знакомить детей с величиной ноги врозь. предмета (большой, поменьше, маленький).

2 неделя

"Подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля его".

Закрепить умение ловить мяч, подброшенный вверх. Развивать ловкость, гибкость и координацию. Вызвать положительный эмоциональный отклик от игры с мячом.

3 неделя

"Отбивание мяча об пол". Отработать с детьми силу удара по мячу, быть быстрым, ловким и умелым.

4 неделя

"Бросание мяча об землю и ловля его". Вызвать положительный эмоциональный отклик от игры с мячом, желание играть ещё и ещё.

2.3. Работа с родителями

- информация по теме в родительских уголках; на сайте МБДОУ;
- оказание консультативной помощи;
- «информационные корзины»;
- консультативная помощь специалистами ДОУ;

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Программа ориентирована на детей младшего дошкольного возраста 2-3 года и предполагает проведение одного занятия в неделю во второй половине дня. Продолжительность занятия в ранней группе 15 минут. Занятия проводятся в групповой комнате. Работа программы рассчитана на один учебный год.

Методы и приемы работы:

- целесообразность и эффективность использования педагогом традиционных и нетрадиционных методов и методических приемов в соответствии с

решаемыми задачами, возрастом детей, состоянием их здоровья и уровнем двигательной подготовленности;

- последовательность и целесообразность построений и перестроений, чередование разнообразных видов ходьбы и бега;
- современное использование дыхательных упражнений, доступность физической нагрузки и ее дозирование по частям и по времени занятия – их соответствие задачам, возрасту детей, состоянию их здоровья и двигательной подготовленности;
- правильность объяснения и способов показа педагогом физических упражнений – их соответствие возрастным особенностям развития детей;
- целесообразность и эффективность применения педагогом подводящих или имитационных упражнений для освоения элементов техники физического упражнения;
- предупреждение возможных ошибок и способы их исправления;
- общая и моторная плотность занятия.

Форма отчета: Отчеты по завершению реализации программы

3.1. Материально-техническое обеспечение

- Мячи разных размеров (большой, поменьше, маленький) на каждого ребёнка.
- Дуги для прокатывания мяча.
- Горка для скатывания мяча.
- "Клубочки с хвостиком" на каждого ребенка.
- Игрушки: "Степашка", "Хрюшка", "Медвежонок", "Козленок", "Птичка",
- Куклы мальчика и девочки.
- Сухой бассейн с шариками.
- Большая корзина для метания мячей.
- Сетка для перебрасывания мячей через неё.

3.2. Литература

1. Физическая культура для малышей С.Я. Лайзаня. Москва Просвещение 1987

- «Русские народные подвижные игры» М. Ф. Литвинова, 1986 г.
- «Подвижные игры детей» И.М.Коротков, 1987 г.
- «Физическое воспитание дошкольников» В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.А. Шишкина, 1997 г.
- «Игры с мячом и ракеткой» В.Г. Гришин, 1982 г.
- «Спортивные игры и упражнения в детском саду» Э.Й. Адашкявичене, 1992 г.
- «Физкультура в детском саду (теория и методика организации физкультурных мероприятий)» В. Алямовская, 2005 г.
- «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» В.Г. Фролов, 1986 г.
- «Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ» Под ред. З.И. Бересневой, 2004 г.
- «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет» Л.И. Пензулаева, 1986 г.
- «Игры и развлечения детей на воздухе» Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.С. Фурмина, 1981

Приложения:

1. Игры с мячом.
2. Стихи и песенки про мячик

Игры с мячом.

ПОИГРАЕМ С СОЛНЫШКОМ

Цель. Научить прокатывать мяч в заданном направлении.

Ребенок сидит на полу, ноги врозь. Мама (взрослый) с мячом (в этой игре желательно использовать мяч желтого цвета) располагается, напротив, на расстоянии 0,6-1,0 м.

Читает стихотворение и выполняет соответствующие действия.

Солнышко желтое (медленно прокатывает мяч от руки к руке),

Солнышко теплое (вокруг себя по полу)

По небу катилось, катилось (прокатывает мяч двумя руками ребенку),

К Мише (имя ребенка) в гости прикатилось. (Ребенок ловит мяч и затем прокатывает его двумя руками маме.)

В игре могут принимать участие и другие члены семьи (папа, бабушка, дедушка, старшие брат или сестра) или сверстники малыша. В этом случае участники игры образуют полукруг. Водящий располагается напротив и, по очереди прокатывает мяч всем играющим. При усложнении игры водящий может направлять мяч любому из играющих, не соблюдая очередности, тем самым вынуждая малыша быть внимательным. Исходное положение ребенка тоже может меняться: сидя на полу ноги врозь, скрестив перед собой, сидя на корточках.

МЯЧ В КРУГУ

Цель. Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве.

В этой игре можно объединить нескольких детей (сверстников малыша) или попросить других членов семьи поиграть с вами.

Дети сидят на корточках на полу, образуя круг. Мама (взрослый) дает одному из участников игры мяч-Колобок (на нем нарисованы или приклеены глаза, нос, рот) и читает стихотворение.

Колобок. Колобок,

У тебя румяный бок.

Ты по полу покатись

И Катюше (ребятам) улыбнись!

По просьбе мамы («Катенька, покати мячик Диме») девочка прокатывает мяч двумя руками названному участнику. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ребенку, которого назвали по имени, и т.д.

Советы маме. Нужно организовать игру так, чтобы каждый ребенок смог прокатить мяч.

Необходимо напоминать детям, что мяч нужно отталкивать посильнее, чтобы он докатился до другого участника игры, а также подавать выкатившийся из круга мяч.

ПРОКАТИ И ДОГОНИ

Цель. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, с усилием, развивать умение ориентироваться в пространстве.

Ребенок с мячом в руках подходит к обозначенному месту (шнур, полоска пластыря, цветной кружочек) и выполняет действия в соответствии со стихотворным текстом.

Наш веселый, звонкий мячик (толкает мяч двумя руками)

Мы прокатим далеко (смотрит, куда он покатился),

А теперь его догоним. (Бежит за мячом, догоняет его.)

Это сделать нам легко! (Поднимает мяч над головой: «Поймал!».)

В зависимости от диаметра мяча ребенок может прокатывать его одной рукой, чередуя правую и левую руку, если мяч маленький (диаметром 5-8 см) или двумя руками, если

большой (диаметром 18-20 см).

Советы маме. Приучайте малыша посмотреть вперед, прежде чем он покатит мяч. Не бежать за мячом сразу, а дожидаться речевого сигнала. Объясните, что мяч надо отталкивать не резким и коротким движением рук, а плавным и энергичным (при необходимости сделайте упражнение вместе, обхватив руки ребенка своими).

СБЕЙ КЕГЛИ

Цель. Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель (энергично отталкивать мяч в заданном направлении).

Это отличная игра для отработки меткости и навыков катания. Если в доме нет кеглей, то их прекрасно заменят пустые пластиковые бутылочки (из-под воды, «Растишки» или «Имунеле»). Взрослый ставит две-три кегли на расстоянии 1-1,5 м от ребенка и дает ему большой мяч.

Малыш, присев на корточки (наклонившись, ноги чуть шире плеч) в обозначенном мамой месте (цветной кружок или шнур), прокатывает мяч двумя руками вперед, стараясь сбить кегли. Затем идет за ним, поднимает и возвращается.

Советы маме. Перед тем как дать мяч ребенку, заинтересуйте его, покажите, что надо сделать, сопровождая свой показ такими словами:

Посмотри, какие кегли. (Мама указывает на кегли.)

Ровно-ровно в ряд стоят!

К ним направим мяч умело (толкает мяч двумя руками) -

И они уже лежат! (Обращает внимание на сбитые кегли.)

Следите, чтобы малыш энергично отталкивал мяч двумя руками, а не подбрасывал его вперед-вверх. Приучайте его смотреть вперед (на кегли). Хвалите, даже если малыш не попадет в цель. Отметьте мелом, кусочками пластыря на полу, куда надо ставить кегли, и позвольте ребенку самостоятельно устанавливать сбитые предметы на место.

БАШЕНКА

Цель. Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель (энергично отталкивать мяч в заданном направлении).

Это игровое упражнение можно предложить ребенку, когда ему наскучит игра в кегли.

Из трех-четырех кубиков мама строит башенку. Малыш, присев на корточки (наклонившись, ноги чуть шире плеч) в обозначенном мамой месте (цветной кружок или шнур), прокатывает мяч двумя руками вперед, стараясь сбить башенку, находящуюся на расстоянии 1,5 м от него.

Дети, как правило, приходят в восторг от разлетающихся в стороны кубиков (которые не должны быть слишком тяжелыми).

МЯЧ С ГОРКИ

Цель. Учить скатывать, ловить, переносить большой мяч двумя руками.

Вариант 1. Для этого упражнения понадобится доска. Мама закрепляет один конец доски на стуле и скатывает по ней мяч. Ребенок ловит его двумя руками.

Вариант 2. Ребенок самостоятельно скатывает мяч с наклонной плоскости, с усилием отталкивая его двумя руками. Мама сопровождает его действия веселым стихотворением.

Мячик в руки ты возьми (мяч в руках у ребенка),

Смело к горке подойди (ребенок подходит к приподнятому концу доски),

Оттолкни его руками (скатывает мяч с горки),

А теперь беги, лови! (Бежит за ним и, догнав, возвращается обратно.)

Советы маме. Напоминайте малышу: скатывать мяч надо двумя руками. Постарайтесь объяснить: если мячик просто класть или отталкивать тихонько, то он упадет на пол, не

докатившись до конца доски.

МЯЧ В ТУННЕЛЬ

Цель. Развивать умение отталкивать мяч двумя руками, учить оценивать расстояние между предметами.

Вариант 1. Взрослый сдвигает одну-три табуретки. Показывает, как катить мяч через «туннель» (под табуретками), отталкивая его двумя руками. Внимание: диаметр мяча не должен быть больше половины расстояния между ножками табуретки. Ребенок с интересом будет смотреть, как мяч проходит туннель.

Вариант. 2. Понадобится помощь трех-четырех человек: старшие брат или сестра, бабушка и дедушка с радостью поиграют с малышом. Они должны встать друг за другом, расставив ноги в стороны. А мама показывает, как двумя руками катить мяч через получившийся туннель.

В обоих вариантах игры ребенок может сам бежать за катящимся мячом и приносить его обратно, чтобы снова прокатить через туннель. Можно попросить кого-нибудь из взрослых встать с другого конца туннеля, чтобы ловить мяч и прокатывать его обратно малышу. Маленькому ребенку доставит удовольствие не только прокатывать, но и ловить выкатывающийся мяч.

Советы маме. Напоминайте малышу, что мяч надо отталкивать одновременно двумя руками с силой, чтобы он прокатился через туннель, а не застрял в нем. Учите его смотреть вперед. Хвалите, даже если он не попадет в туннель.

ПРОКАТИ МЯЧ ВОКРУГ ПЕНЕЧКА, ИЛИ СКАЗКА ПРО КОЛОБКА

Цель. Учить катать мяч вокруг предмета двумя руками, класть его двумя руками в горизонтальную цель, находящуюся на уровне вытянутых вверх рук.

Из «подручных средств» (пустая коробка, табуретка и т.п.) нужно сделать пенечек и вспомнить с малышом сказку «Колобок» («От кого убежал Колобок?», «А кто его съел?»). Затем взрослый предлагает поиграть с Колобком, покатавать его двумя руками (одной рукой) вокруг пенечка.

Малыш с Колобком (мяч с наклеенными на него глазами, носом и ртом) встает около пенечка. Мама с наволочкой или мешком в двух-трех шагах от него читает стихотворение.

Колобок, не ленись, не ленись,

Вокруг пенечка прокатись, прокатись.

Подтолкнем тебя руками.

Поиграй немножко с нами!

Малыш катает мяч вокруг пенечка, стараясь не выпускать его из рук. Когда мама скажет: «Зайчик идет!», малышу нужно поднять мяч двумя руками вверх - Колобок убегает от зайца. Мама приговаривает: «И от бабушки ушел, и от дедушки ушел, и от зайца ушел! Молодец!». Тот же вариант игры проигрывается с другими персонажами сказки (волком и медведем); при этом меняется направление прокатывания мяча.

Когда мама скажет: «Лисичка идет!», малышу нужно взять мяч, подбежать к маме и двумя руками положить его в наволочку, которую она держит на уровне вытянутых вверх рук ребенка, - «лисичка съела Колобка!».

Советы маме. Напоминайте, что не надо откатывать мяч далеко от себя. Малыш на первых порах может прокатывать его, как ему удобно (одной или двумя руками). Когда он научится удерживать мяч около себя, задание можно усложнить: прокатывать мяч только одной рукой. Мышцы спины и позвоночник маленьких детей еще слабы, поэтому во избежание

большой нагрузки на позвоночник повторяйте игру не более двух-четырех раз и обязательно после каждого прокатывания мяча предлагайте ребенку выпрямиться и поднять руки с мячом вверх (потянуться).

СНЕЖИНКИ

Цель. Учить двумя руками бросать мяч в горизонтальную цель, находящуюся на полу, развивать мелкую моторику рук.

Перед игрой (обязательно вместе с ребенком) нужно сделать снежинки - нарвать небольшие кусочки белой легкой бумаги (например, салфетки). Положить на пол большую взбитую подушку, сверху насыпать «снежинки».

Ребенок с мячом в руках стоит на расстоянии 0,7-1,5 м от подушки и пытается забросить мяч на нее (двумя руками снизу). Попад в цель, приходит в восторг от разлетающихся в стороны снежинок. Пусть бросает мяч, пока ему не наскучит. А затем собирает снежинки вместе с мамой - пальчики малыша потрутся.

Советы маме. Не принуждайте ребенка к выполнению того или иного движения. Не требуйте от него повторять упражнение до тех пор, пока не удастся выполнить его правильно. Не упрекайте за рассеянность, невниманье, неумение и т.п. Не превращайте обучение в скучную повинность. Играйте, когда малыш будет находиться в прекрасном настроении.

Проявите фантазию, изобретательность, используйте для игр все, что будет под рукой: стулья, пустые пластиковые бутылки, длинные шнурки и т.п.

Постепенно вовлекайте ребенка во все новые виды игры и забавы, систематически повторяйте их, чтобы он закрепил движения. Для детей этого возраста достаточно, чтобы они научились прокатывать мяч вдаль в заданном направлении, ударять мячом об пол и вверх, правильно замахиваться при метании малого мяча вдаль.

Игровое упражнение с мячом: Катать мяч по полу ладонью вправо – влево. Затем перекатывать мяч по полу из одной руки в другую.

Мяч обычный дали нам,

Нам он очень нравится.

Посмотрите, как легко

Мячик наш катается.

Игровое упражнение с мячом: Покрутить мяч вокруг своей оси по часовой и против часовой стрелки.

Учим новую игру – мяч раскрутим на полу

Он кружится, как, волчок, если ощутит толчок.

Игровое упражнение с мячом: Толкнуть мяч по полу к стене и посмотреть, какова будет отдача от неё.

Мяч покатаем мы к стене –

Посмотри-ка сам.

Оттолкнувшись, мяч спешит возвратиться к вам.

Игровое упражнение с мячом: Толкнуть мяч так, чтобы он прокатился под столом или между ножками стула.

Мяч наш ловок – посмотри, он уже в воротцах

Чтоб мячом туда попасть, надо побороться

Игровое упражнение с мячом: Толкнуть мяч вперед и сбить им какой-либо предмет (кегли, мяч, кубик)

Мы должны мячом сейчас сбить предмет тяжелый.

Постараться должен мяч – этот друг веселый.

Игровое упражнение с мячом: Подкинуть мяч вверх и поймать его. Затем, прежде чем поймать, надо успеть сделать хлопок в ладоши.
Мяч влетает высоко, осторожно брось его.
Ловкость мы приобретаем – ловим мяч и вновь бросаем.
Мяч надутый, мяч пузатый, любят все его ребята.
Бьют его, а он не плачет, веселее только скачет.
Перебрасывать мяч в парах с ударом об пол.
Мяч о землю стукнем ловко, чтоб он к другу улетел.
Друг поймал мяч со сноровкой и назад лететь велел
Метание малого мяча в вертикальную мишень.
На стене у нас мишень, мяч кидать в неё не лень.
Тот, кто метко попадает, зоркость глаз приобретает
Забрасывание мяча в горизонтальную цель (коробка, корзина)
Вот корзина перед нами, а зачем – скажите сами.
Будем мячик так бросать, чтоб в корзину попадать.

Приложения:

Стихи и песенки "Мой весёлый звонкий мяч!"

Бьют его, а он не злится.
Он поет и веселится.
Потому что без битья
Нет для мячика житья
Мой веселый мячик
Прыг-скок - в уголок,
А потом обратно.
Вот, как мы вечерок
Провели приятно!
Разноцветный мячик
По дорожке скачет.
Прыгает, не бьётся,
В руки не даётся!
Скачет мячик прыг да скок,
Скачет мячик на порог.
Скачет десять раз подряд
От ладошки и назад
Что такое, что за шум?
Скачет мячик: бум-бум-бум!
Прыг-прыг-прыг и скок-скок скок, -
Укатился под кусток.
Я дружком тебя считал,
Без тебя мне скучновато!
Я бы сам тебя достал,
Жаль, что ручки маловаты
Мяч под кресло закатился
И лежит там, затаился.
Как теперь в футбол играть?
Чем голы мне забивать?

Эй, довольно там валяться,
Мне пора тренироваться!
Вылезай-ка, хитрый мячик,
Здесь тебя заждался мальчик!
Мяч большой и толстобокий,
надувает мячик щёки.
Ты не лопни от обиды,
что бока всё время биты.
Тренируется игрок, –
подставляй небитый бок
Не стоит на месте Вовка:
И вприпрыжку он,
И вскачь.
"У меня есть мячик Ловкий!"
"Как быть может - ловким - мяч?"
"Высоко его бросаю,
Бью с разбега - далеко,
Всё равно его поймаю,
По дорожкам сада, вскачь,
Побежал упрямый мяч,
И весёлою гурьбой
Позвал ребят всех за собой.
Сине-красные бока,
К нему притронешься слегка, -
Он земли коснётся,
А в руки не даётся.
Ловкий - ловится легко!"
По мячу ладошкой бьём
Дружно, весело вдвоём
Мячик - мячик, мой дружок
Звонкий, звонкий, звонкий бок
По мячу ладошкой бьём
Дружно, весело вдвоём
Мяч бросаю и ловлю
Я с мячом играть люблю
Мячик, мамочка, не прячь
Мне бросай обратно мяч
Мяч бросаю и ловлю
Я с мячом играть люблю
Купили мячик Насте,
Сказал он громко: «Здрасте!».
Звонко шлепнулся об пол
И скакать, скакать пошел.
Вот чудесная игрушка
Ни кольцо, ни погремушка.
Его стукнешь лишь ладошкой,
А он прыгает, как кошка.

Купили мячик Насте,
Сказал он громко: «Здрасте!».
Я играю им впервые.
Правда, мячики живые?
Летит мой мяч,
Летит к тебе,
Смотри, не прозевай!
Лови его, держи его
И снова мне бросай.
Друг весёлый, мячик мой!
Всюду, всюду он со мной!
Раз, два, три, четыре, пять,
Хорошо мне с ним играть!
Круглый мячик без запинки
Скачет, скачет по тропинке
Часто, часто, низко, низко
От земли к руке так близко
Скок и скок и скок, и скок
Не скачи под потолок
Скок и скок и стук, и стук
Не уйдёшь от наших рук.
Мячик в луже,
мячик в луже,
никому-то он не нужен.
Прыгал, прыгал целый день,
всякий бил, кому не лень.
И с помятыми боками,
Мой славный мяч,
Забавный мяч
На месте не сидит!
Возьму его, пушу его,
И снова он летит!
ссадинами, синяками
он теперь в большой беде —
он один лежит в воде.
Мой веселый звонкий мяч,
Ты куда помчался вскачь?
Красный, желтый, голубой,
Не угнаться за тобой!
Я тебя ладонью хлопал.
Ты скакал и звонко топал.
Ты пятнадцать раз подряд
Прыгал в угол и назад.
А потом ты покатился
И назад не воротился.
Покатился в огород,
Докатился до ворот,

Подкатился под ворота,
Добежал до поворота.
Там попал под колесо.
Лопнул, хлопнул вот и всё!
Подарили Дане мяч -
Мяч к нему пустился вскачь.
Он весёлый и упругий:
Прыг да скок -- и прямо в руки!
Прыг да скок, прыг да скок --
Замечательный дружок!
Что такое? -- Даня плачет,
В уголке притихший мячик
Даня, Денёчка, не плачь!
Кто тебя обидел? - Мя-а-ач!
веселые с Я его об стенку - хлоп!
Отскочил и прямо в ло-об
Просто шутит твой дружок -
Прыг да скок, прыг да скок!
Зря не дуйся, милый Да.