

План работы по самообразованию

инструктора по физической культуре Любченко Н.И. на 2019-2020гг.

Тема: «Подвижные игры и двигательные задания с мячом спортивной направленности как средство развития телесной и ручной ловкости у старших дошкольников».



Срок реализации – **1 год.**

Цель: способствовать развитию телесной (общей) и ручной ловкости воспитанников средствами подвижных игр и двигательных заданий спортивной направленности с мячом.

Задачи.

1. Изучение и анализ психолого-педагогической литературы по данной проблеме.
2. Планирование теоретической и практической деятельности в ДОУ в данном направлении.
3. Создание необходимых условий для организации двигательных заданий спортивной направленности, игровых упражнений и подвижных игр с мячом.

Актуальность. Я считаю, что в общей системе всестороннего развития человека физическое воспитание ребенка занимает важное место. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для развития физических качеств. Психофизические качества (двигательные способности) имеют большое значение для укрепления здоровья, физического совершенствования детей, овладения ими широким кругом движений. Исследованием особенностей развития психофизических качеств у дошкольников занимались такие педагоги как Е.Н. Вавилова, В.А. Муравьев, Н.Н. Назарова, М.Ю. Кистяковская и другие. Специалисты В.А. Степаненкова, Ф. Фребель, Д.В. Хухлаева указывают, что в области физического воспитания детей дошкольного возраста, гармонично развитые психофизические качества (двигательные способности), играют решающую роль в играх и разнообразной деятельности детей при меняющихся условиях окружающей среды, способствуют появлению активности, самостоятельности, уверенности, самообладания, умственной деятельности детей.

В связи с решением задач физической культуры в нашем ДОУ все больше внимания уделяется развитию двигательных способностей у детей дошкольного возраста, а физическое воспитание направлено на формирование двигательных навыков и развитие психофизических качеств таких, как быстрота и точность движений, их своевременность

и согласованность. Все названные категории в теории и методике физического воспитания связывают с понятием **«ЛОВКОСТЬ»**.

Н.А. Бернштейн считает, что огромную потребность в движениях дети обычно стремятся удовлетворить в игре. Играть для них – это, прежде всего, двигаться, действовать. У детей дошкольного возраста особенно важно сконцентрировать внимание на развитии **в игре ловкости**. Е.Н. Вавилова, В.И. Усаков, Д.В. Хухлаева считают, что развитие **ЛОВКОСТИ** значительным образом влияет на развитие умственной деятельности ребенка, а, именно, на этапе дошкольного возраста закладывается фундамент его будущей жизни.

Осокина Т.И. полагает, что **ЛОВКОСТЬ** – способность быстро перестраивать двигательную деятельность соответственно возникающим по ходу деятельности неожиданным условиям и овладевать новыми движениями. По мнению Матвеева А.П. **ЛОВКОСТЬ** — способность быстро овладевать новыми движениями (способность быстро обучаться), быстро перестраивать деятельность в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Анализируя наблюдения за самостоятельной двигательной активностью дошкольников я сделала вывод, что на НОД по физической культуре воспитанники правильно усваивают технику выполнения определённых движений, но в свободной деятельности допускают некоторые ошибки, не совершенствуют освоенные движения и ловкость в подвижных играх, не умеют рационально использовать имеющийся двигательный опыт. Следовательно, результаты двигательного опыта, накопленного в специально организованной обстановке, не переносятся в свободную двигательную активность. Таким образом, выявлена проблема в необходимости развития ловкости у старших дошкольников. Наиболее ценным для этого можно представить **игровой метод**, который обладает признаками, характерными для игр в физическом воспитании. Поэтому предложенная тема «Подвижные игры и двигательные задания с мячом спортивной направленности как средство развития общей и ручной ловкости у старших дошкольников» является актуальной. Тема актуальна и потому, что наш детский сад комбинированного вида, в ДООУ осуществляется разнообразная оздоровительная деятельность с детьми с ограниченными возможностями здоровья. А эта часть воспитанников наиболее соматически и физически ослаблена.

Проблема. Результаты двигательного опыта, накопленного воспитанниками в специально организованной деятельности, не переносятся ими в свободную двигательную активность.

Ожидаемые результаты (целевые ориентиры).

- о Усвоение детьми разнообразных действий с мячом на достаточно высоком уровне – в полной мере владеют мячом и умеют быстро реагировать на динамически изменяющиеся игровые ситуации: быстрая передача и подача мяча, сильный бросок мяча, точное попадание и забрасывание мяча и др.

о Повышение интереса воспитанников к физической культуре, а именно, к разнообразным играм со всеми доступными видами мячей - умеют выбирать способ деятельности, сравнивать, обобщать, анализировать свои действия, постоянно задумываются над тем, как улучшить свои показатели, стараются неоднократно повторять одно и то же задание, настойчиво и уверенно стремятся к лучшему результату.

о Познавательное развитие дошкольников в области знаний о спортивных играх с мячом.

Этапы работы.

I этап. Подготовительный – изучение и анализ специальной психолого-педагогической литературы, формулирование цели и задач, поиск средств, форм, определение методов и приёмов, диагностическое обследование воспитанников. Разработка тематического плана работы по развитию общей и ручной ловкости детей седьмого года жизни, разработка картотеки двигательных заданий спортивной направленности, игровых упражнений и подвижных игр с мячом.

II этап. Основной – создание оптимальных условий для организации различных двигательных заданий спортивной направленности, игровых упражнений и подвижных игр с мячом (пополнение необходимой безопасной предметно-пространственной развивающей среды: мячи различного диаметра и вида). Базовые операции детей с мячом, углубленное разучивание спортивных действий с мячом, совершенствование всех действий и комбинированных манипуляций дошкольников с мячом через игровые упражнения и подвижные игры и др. Вовлечение в процесс родителей воспитанников-реализация комплекса мероприятий профилактической и оздоровительной деятельности (теоретическое и практическое просвещение семей по заявленной проблеме и т.п.). Тесное и продуктивное сотрудничество с педагогами ДОО и окружающим социумом по данному вопросу.

III этап. Заключительный. Анализ результатов реализации поставленных цели и задач, анализ эффективности проделанной работы, корректирование содержания деятельности, анализ в целом.

Форма выявления конечного результата: диагностическое обследование воспитанников - определение уровня развития ловкости на конец учебного года.

Для выявления уровня развития общей и ручной ловкости воспитанников старшего дошкольного возраста, было проведено диагностическое обследование. В обследовательской деятельности использовалась методика М.А. Руновой, которая включала точные тесты на определение уровня развития ловкости детей.

М.А. Рунова, в своей книге «Двигательная активность ребёнка в детском саду 5-7 лет» (М, 2004), для определения особенностей развития общей и ручной ловкости ребёнка-дошкольника предлагает следующие диагностические тесты.

Тесты для определения телесной и ручной ловкости.

Ловкость и координация движений показывает возможность управления, сознательного контроля за двигательным образцом и своим движением.

1. Тест «Челночный бег» 3×10 м.

Цель. Определение способности быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Методика. В забеге могут принимать участие один или два человека. По сигналу “На старт!”, участники выходят к линии старта (встают у контрольной линии). По сигналу “Марш!” (в этот момент инструктор включает секундомер) трехкратно преодолевают 10-метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). Ребенок обегает каждый кубик, не задевая его. Фиксируется общее время бега.

2. Тест «Подбрасывание и ловля мяча»

Цель. Определение уровня развития ручной ловкости и общей координации.

Методика. Ребенок принимает исходное положение (ноги на ширине плеч) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20 см как можно большее количество раз. Ребенку предлагается сделать 2 попытки. Фиксируется лучший результат.

3. Тест «Отбивание мяча от пола»

Цель. Определение уровня развития ручной ловкости, скорости реакции, устойчивости позы при отбивании мяча от пола.

Методика. Ребенок стоит в исходном положении (ноги на ширине плеч) и одной рукой отбивает мяч от пола максимальное количество раз (руки можно чередовать). При выполнении задания не разрешается сходить с места. Даются две попытки. Фиксируется лучший результат из двух попыток.

Количественно-качественная обработка результатов проводилась на основе показателей оценки (нормативов физического развития дошкольников) Г.А. Шорина.

Ориентировочные нормативные показатели уровня развития ловкости детей 6 - 7 лет (по М.А. Руновой)

№	Наименование показателя (тестовое задание)	6 - 7 лет			
		УРОВНИ			
		Пол	ниже - среднего	средний	высокий
			1балл	2балла	3балла
1	Челночный бег (3х10м) (сек.)	М	12,8 – 11,1	11,2 – 9,9	9,8 – 9,5
		Д	12,9 – 11,1	11,3 – 10,0	10,0 – 9,9
2	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)	М	15 – 25	26 – 40	45 – 60
		Д	15 – 25	26 – 40	40 – 55
3	Отбивание мяча	М	5 – 10	11 – 20	35 – 70

	от пола (кол-во)	Д	5 – 10	10 – 20	35 – 70
КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ					

Результаты диагностического обследования воспитанников могут быть по следующим уровням: **высокий; средний; ниже среднего.**

Критерии оценки развития ловкости:

I уровень - высокий - 7-9 баллов

II уровень - средний – 4-6 баллов

III уровень – ниже - среднего – 0-3 баллов

Каждый уровень характеризуется следующими параметрами:

I уровень - высокий – 7-9 баллов - ребенок выполнил все задания на высоком уровне, без признаков переутомления, активно вел себя при выполнении упражнений, умел слушать педагога, понимал инструкции и выполнял задания без ошибок.

II уровень - средний – 4-6 баллов - ребенок выполнил задания на среднем или высоком уровне (но не было выполнения какого-либо задания на низком уровне), без признаков переутомления, допускали ошибки при усвоении инструкции педагога.

III уровень – ниже - среднего – 0-3 баллов - ребенок выполнил одно или несколько заданий на низком уровне, переутомился, проявил пассивность или безразличие, имел негативные реакции в случае неудачного выполнения заданий.

При определении уровня развития общей и ручной ловкости ребёнка следует ориентироваться на следующие факторы:

- степень овладения ребёнком базовыми умениями и навыками в разных играх и упражнениях с различными видами мячей, элементами техники всех основных видов движений;
- умение активно участвовать в разных видах двигательной деятельности, самостоятельно использовать свой арсенал движений в разных игровых условиях;
- развитие других физических качеств и двигательных способностей: быстроты реакции, координации, гибкости, силы, выносливости;
- общая динамическая активность ребёнка в течение всего времени пребывания в дошкольном учреждении.

При тестировании детей соблюдались определённые правила.

Диагностическое обследование проводилось в первой половине дня, в часы наибольшей биологической активности, в хорошо проветренном физкультурном зале или на спортивной площадке. Одежда детей облегчённая. В день тестирования режим дня воспитанников не был перегружен физически и эмоционально. Перед тестированием была проведена стандартная разминка всех систем организма в соответствии со спецификой теста. Была обеспечена спокойная

обстановка, у ребёнка избегались отрицательные эмоции, соблюдался индивидуальный подход, учитывались возрастные особенности.

Форма проведения тестирования ловкости дошкольников предусматривала их стремление показать наилучший результат: ребята делали 2-3 попытки. Время между попытками одного и того же теста было достаточным для ликвидации возникшего после первой попытки утомления. Порядок каждого теста оставался постоянным, и не менялся ни при каких обстоятельствах.

Тестирование проводилось в стандартных одинаковых условиях, что снизило возможность ошибки в результатах и позволило получить более объективную информацию за исследуемый период. Во время тестирования учитывались индивидуальные возможности каждого ребёнка.

Наилучшие результаты, полученные в процессе тестирования, заносятся в протокол тестирования. В протокол записываются результаты на начало и конец года всей группы, по которым видна положительная динамика развития общей и ручной ловкости детей. Также результаты записываются в индивидуальную карту физической подготовленности каждого ребёнка.

Протокол тестирования уровня развития ловкости детей 6-7 лет.

Физическое качество	Контрольное упражнение (тест)	Имя Фамилия, возраст, лет	Результат	Уровень	Рекомендации
Телесная ловкость (координация)	Челночный бег 3х10, м				
Ручная ловкость (координация)	Подбрасывание и ловля мяча, (кол-во)				
Ручная ловкость (координация)	Отбивание мяча от пола, (кол-во)				

Дети, имеющие **высокие** показатели развития ловкости, выполняют все тесты (задания) на высоком уровне, без признаков переутомления, активно ведут себя при выполнении упражнений, умеют слушать педагога, понимают инструкции и выполняют задания без ошибок. Они отличаются быстротой и уверенностью действий, в случае неудачи не отступают от цели, а прилагают максимум усилий для достижения намеченного результата, умеют самостоятельно

принимать решения, находить целесообразный способ действий, сдерживать свои чувства и желания.

Дети, имеющие **средние** показатели развития ловкости, выполняют все тесты (задания) без признаков переутомления, но допускают ошибки при усвоении инструкции педагога. Их характеризует неравномерность развития основных видов движений, физических и волевых качеств, разноплановость двигательного поведения. Так, наряду с высокими показателями силы, быстроты, выносливости, эти дети имеют низкие показатели координации и допускают много ошибок в технике сложных видов движений.

Дети с **ниже - среднего** показателями развития ловкости (в большинстве случаев имеющие низкий уровень развития физических и волевых качеств и в основном низкие количественные и качественные показатели движений) в отличие от других детей почти не прилагают усилий, чтобы заставить себя работать. Они проявляют медлительность, недостаточную уверенность, неспособность преодолеть чувство страха. Им свойственно состояние угнетенности в связи с неудачами, неумение подавлять в себе отдельные желания. Только в достаточно простой обстановке они обнаруживают некоторую активность.

Процент воспитанников среднего уровня составил 38%. Дети среднего уровня характеризуются тем, что ловкость, как двигательная способность развита частично. Дошкольники справляются с координационной нагрузкой двигательной задачи, но допускают ошибки при выполнении этой задачи, выполняя лишние движения. У детей присутствует интерес к манипуляциям с мячом. Процент воспитанников низкого уровня составил 62%. Дети ниже - среднего уровня характеризуются тем, что допускают много ошибок при выполнении задания, хотя интерес к манипуляциям с мячом тоже присутствует, но дошкольники не смогли справиться с нагрузкой координационных движений, прибавляя лишние, что повлияло отрицательно на качество выполнения тестового задания.

Выводы, сделанные на основе результатов диагностического обследования, позволяют планировать и организовывать дальнейшую работу с мячом по развитию общей и ручной ловкости воспитанников. (Определение содержания, этапов развития ловкости детей седьмого года жизни, разработка теоретических и практических условий, обеспечивающих успешную реализацию обучающей деятельности по развитию ловкости детей седьмого года жизни в педагогическом процессе.)

Реализация плана работы над данной темой включает в себя деятельность по **четырем направлениям**: работа с детьми, с семьями воспитанников, педагогами ДОУ и взаимодействие с окружающим социумом, что способствует повышению интереса всех участников к этой проблеме в «целом», формированию углубленных знаний родителей и детей о спортивном снаряде **«МЯЧ»**. Совершенствованию умений, навыков выполнения различных комбинированных манипуляций с ним. Доказывает всю необходимость этой «любимой детской игрушки»,

как одного из важных и полезных компонентов активного режима ребёнка.

Двигательный материал подобран соответственно заданной цели и задачам, имеет определенный характер (циклический, ациклический или смешанный). Это обеспечивает не только последовательное, рациональное распределение учебного материала, но и освоение, а также непрерывное закрепление умений и совершенствование навыков владения мячом. Игровые задания спортивной направленности, упражнения и подвижные игры ориентированы на подготовительную возрастную группу и рассчитаны на один раз в неделю в первую или вторую половину.

Методы и приемы обучения упражнениям и играм с мячом, стимулирования и мотивации детской двигательной деятельности:

- метод упражнений с четко заданной программой действий, порядком их повторения, точной дозировкой нагрузки и установленными интервалами отдыха;
- практический метод (выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение вместе с педагогом и самостоятельно), повторение упражнений с изменениями и без);
- игровой метод (творческие двигательные задания, подвижные игры, игровые упражнения, соревнования и др.);
- словесный метод (рассказ, беседа, объяснение, комментирование, указание, команды, распоряжение, поощрение, оценка, анализ двигательных действий и др.);
- наглядный метод (демонстрация и показ, имитация, поддержка, помощь, страховка, использование схематичных изображений – алгоритмов выполнения упражнений, зрительных ориентиров и наглядных пособий).

Все перечисленные методы и соответствующие приемы используются в тесной взаимосвязи друг с другом, подбираются с учетом стоящих задач, этапа обучения, подготовленности детей, их возрастных и индивидуальных особенностей, способа и характера упражнений.

Форма обучения: специально организованная образовательная деятельность в режиме дня - групповые, подгрупповые и индивидуальные занятия по овладению необходимыми физическими упражнениями. Имитационные упражнения, игровые задания спортивной направленности, упражнения и подвижные игры с мячом.

Место проведения: спортивный зал МБДОУ, спортивная площадка, стадион.

Предметно-пространственная развивающая среда. Созданы все необходимые условия, обеспечивающие подбор спортивного инвентаря и физкультурного оборудования с учетом педагогических, гигиенических и эстетических требований, предъявляемых к ним.

Наличие раздаточного материала, в том числе и по количеству воспитанников.

Раздаточный материал
Мячи резиновые большие d=20 см
Мячи резиновые средние d=16 см
Мячи резиновые малые d=8 см
Мячи массажные
Мячи надувные
Мячи - хопы
Мяч футбольный и волейбольный
Мячи теннисные
Мячи набивные (масса 1кг)
Кегли, конусы, дуги
Стойки, сетка
Баскетбольная корзина
Теннисные ракетки с мячами
Обручи большие и средние

При организации практической оздоровительной деятельности учитываются следующие **особенности**:

- обучение без принуждения;
- присутствие субъектных отношений инструктора и воспитанников (сотрудничество, партнерство);
- игровая цель или другая интересная дошкольникам мотивация;
- преобладание диалога инструктора с детьми;
- предоставление детям возможности выбора материалов, инвентаря, оборудования деятельности;
- более свободная структура ОД;
- использование приемов развивающего обучения.

Значение игр с мячом. В системе физического воспитания дошкольников действия с мячом занимают важное место. **Мяч** - это снаряд, который требует **ловкости** и повышенного внимания. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах кисти пальцев рук, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживают позвоночник и способствуют выработке хорошей осанки. В действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. При передвижении по площадке ребенок упражняется в беге с ускорением, с изменением направления, в беге в сочетании с ходьбой, с прыжками, в беге с остановкой, в беге с приставным шагом. Включается в работу левая рука, что важно для полноценного

физического развития ребенка. Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

При систематическом обучении дошкольники без проблем совершают сложные координированные движения, начинают логически осмысливать свои действия, значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно держать, передавать, бросать, вести мяч, следить за ним. Кроме того, правильно подобранные упражнения с мячом могут способствовать выработке таких психологических качеств, как внимательность, инициативность, целеустремленность. Особый интерес представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр. Занятия, построенные на использовании элементов спортивных игр и упражнений, в значительной степени, способствуют повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у воспитанников.

Миронова Р.М. отмечает, что **игры с мячом** играют особую роль в формировании координационных качеств: ловкости, глазомера, быстроте реакции; нормализуют эмоционально-волевую сферу. Согласно взглядов Филипповой С.О., Холодова Ж.К., Осокиной Т.И., Ефименко Н.Н., Пензулаевой Л. И., Ториева А.Ш. игровые упражнения и подвижная игра с мячом являются **эффективным средством** развития **ловкости**, так как отвечают возрастным психофизиологическим особенностям и потребностям детей, играют важную роль в формировании личности ребенка.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И ДЕЙСТВИЯ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ЛИЧНОГО САМООБРАЗОВАНИЯ

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА И ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ПЕДАГОГАМИ

<i>Содержание работы</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Сроки</i>
Изучение новинок специализированной методической литературы по методике организации и проведению спортивных и подвижных игр с мячом в д/саду.	Самообразование	Сентябрь
Анализ теоретического материала по планированию спортивных и подвижных игр с мячом в двигательном режиме старших дошкольников.	Самообразование	Октябрь
Поиск наиболее эффективных средств, форм, определение методов и приёмов работы с воспитанниками для повышения уровня развития их ловкости.	Анализ	Ноябрь
Корректирование содержания учебно-тематического плана работы кружка «Мяч и Я – Друзья!» по развитию телесной и ручной ловкости детей седьмого года жизни.	Методическая деятельность	Ноябрь
Создание и пополнение необходимых (оптимальных) условий для организации		

различных двигательных заданий спортивной направленности, игровых упражнений и подвижных игр с мячом (пополнение необходимой безопасной ППРС: мячи различного диаметра и вида и др.).	Практическая деятельность	Декабрь
Публикация на персональном сайте « Спортивный калейдоскоп » и сайте ДОУ актуальной информации и материалов по теме самообразования для педагогов и родителей. Публикации методических разработок в электронных печатных изданиях. Размещение разработок из опыта работы в сетевых образовательных пространствах и др.	ИКТ	В течение года и по мере необходимости
Стеновая информация «Методика развития ручной ловкости у детей 6-7 лет».	Тематическая консультация для педагогов	Декабрь
«Организация подвижных игр и упражнений с мячом с детьми старшего дошкольного возраста в режимных моментах».	Наглядные рекомендации для педагогов	Январь
Разработка картотеки двигательных заданий спортивной направленности, игровых упражнений и подвижных игр с мячом для развития ловкости дошкольников.	Тематическая картотека	Февраль
«Наш помощник - это МЯЧ, он как спутник для удач! (полезные игры с мячом)».	Тематическая презентация для педагогов	Март
«Мяч и Я – Друзья!».	Открытый просмотр НОД по физической культуре	Апрель
Создание и оформление мини-музея «Такие разные Мячи!».	Методическая деятельность и совместное практическое творчество педагогов ДОУ	Май
Анализ результатов реализации поставленных цели и задач, анализ эффективности проделанной работы, корректирование содержания деятельности. Пополнение «методической копилки» актуальными материалами по теме самообразования.	Анализ в целом	Май

РАБОТА С ВОСПИТАННИКАМИ

Содержание работы	Формы работы	Сроки
Диагностическое обследование - определение уровня развития ловкости у старших дошкольников на начало учебного года.	Индивидуальная и подгрупповая работа	Сентябрь
Разучивание речёвок, как одного из эффективных средств мотивации к выполнению физических упражнений с	Групповая и подгрупповая работа	В течение года

мячом.		
«Мяч и Я – Друзья!» (подготовительная группа).	Кружковая работа	В течение года по плану
Знакомство с важными правилами поведения и соблюдения техники безопасности во время подвижных, спортивных игр и игровых заданий с мячом.	Тематическая презентация	Октябрь
«Школа мяча» (подготовительная группа).	Игровой «час» на прогулке	Октябрь, апрель, май
Игровые упражнения с мячом в режимных моментах. Подвижные и спортивные игры с мячом.	Динамические «минутки»	Октябрь, ноябрь, декабрь
«Тренируйся, не робей, за мячом беги быстрее!» (подготовительная группа).	Тематические практические занятия	Январь, февраль, март
«Мячи разные нужны, мячи всякие важны!» (подготовительная группа).	Тематическая презентация	Март
«Путь к ЗДОРОВЬЮ, СИЛЕ И БОДРОСТИ» (подготовительная группа).	Приключенческий квест совместно с родителями	Апрель
«Мяч и Я – Друзья!» (подготовительная группа).	Открытый просмотр НОД по физической культуре	Апрель
«В Стране спортивных мячей» (подготовительная группа).	Познавательная – игровая программа совместно с родителями	Май
Создание и оформление мини-музея «Такие разные Мячи!».	Совместная творческая деятельность: воспитатели + дети + родители	Май
Диагностическое обследование - определение уровня развития ловкости у старших дошкольников на конец учебного года.	Индивидуальная и подгрупповая работа	Май

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

Содержание работы	Формы работы	Сроки
«Физическая культура и оздоровление».	Анкетирование	Сентябрь
«Развитие ручной ловкости у дошкольников - важная составляющая подготовки руки ребёнка к письму в школе».	Стендовая информация (тематическая консультация, наглядные рекомендации)	Октябрь
«Любимая подвижная, спортивная игра с мячом нашей семьи» (+ описание и фото).	Мастер-класс: дети + родители	Ноябрь
«Идеи семейных игр с мячом на свежем воздухе».	Оформление семейных журналов (обмен семейным	Декабрь

	опытом)	
«История возникновения мяча. Разновидности мячей».	Тематические памятки, буклет	Январь
«Я дружу с Мячом!».	Тематическая выставка – конкурс детских работ	Февраль
«Мама, папа, я и Мяч!».	Консультация, адресная рекомендация	Март
«Здоровые дети – счастливая семья!».	Выпуск семейной газеты	Апрель
«Путь к ЗДОРОВЬЮ, СИЛЕ И БОДРОСТИ» (подготовительная группа).	Приключенческий квест совместно с детьми в рамках Дня здоровья	Апрель
«В Стране спортивных мячей».	Познавательная – игровая программа совместно с детьми	Май
«Комбинированные игры с мячом».	Тематический буклет	Май
Создание и оформление мини-музея «Такие разные Мячи!».	Совместная творческая деятельность: дети + родители	Май

ПРАКТИЧЕСКИЙ ВЫХОД

Содержание работы	Конечный результат деятельности	Сроки
Результаты диагностического обследования - определения уровня развития ловкости у старших дошкольников на начало учебного года.	Протокол показателей уровня развития ловкости	Сентябрь
Тематическая презентация «Важные правила поведения и соблюдения техники безопасности во время подвижных, спортивных игр и игровых заданий с мячом».	Электронный ресурс	Октябрь
Тематическая консультация, наглядные рекомендации «Развитие ручной ловкости у дошкольников – важная составляющая подготовки руки ребёнка к письму в школе».	Методическая разработка	Октябрь
Конспект игрового «часа» на прогулке «Школа мяча» (подготовительная группа).	Методическая разработка	Октябрь, апрель, май
Картотека игровых упражнений, подвижных и спортивных игр с мячом для динамических «минуток» в режимных моментах.	Методическая разработка	Октябрь, ноябрь, декабрь
Учебно-тематический план программы кружковой работы по физической культуре с детьми 6-7 лет «Мяч и Я – Друзья!» по развитию телесной и ручной ловкости детей	Методическая разработка	Ноябрь

седьмого года жизни.		
Картотека речёвок для мотивации к выполнению физических упражнений с мячом.	Методическая разработка	Ноябрь
Практическая разработка «Любимая подвижная, спортивная игра с мячом нашей семьи» (+ описание и фото).	Семейный альбом	Ноябрь
Тематическая консультация для педагогов «Методика развития ручной ловкости у детей 6-7 лет».	Методическая разработка	Декабрь
Практическая разработка «Идеи семейных игр с мячом на свежем воздухе».	Семейный журнал	Декабрь
Конспект тематических практических занятий «Тренируйся, не робей, за мячом беги быстрее!» (подготовительная группа).	Методическая разработка	Январь, февраль, март
Наглядные рекомендации для педагогов «Организация игр и упражнений с мячом с детьми старшего дошкольного возраста в режимных моментах».	Методическая разработка	Январь
Тематические памятки, буклет «История возникновения мяча. Разновидности мячей».	Методическая разработка	Январь
Тематическая картотека «Двигательные задания спортивной направленности, игровые упражнения и подвижные игры с мячом для развития ловкости дошкольников».	Методическая разработка	Февраль
Результаты тематической выставки «Я дружу с Мячом!».	Фотоотчёт	Февраль
Тематические презентации «Мячи разные нужны, мячи всякие важны!» (подготов. гр.), «Наш помощник - это МЯЧ, он как спутник для удач! (полезные игры с мячом)» (для педагогов).	Электронный ресурс	Март
Консультация, адресная рекомендация «Мама, папа, я и Мяч!».	Методическая разработка	Март
Конспект НОД по физической культуре «Мяч и Я – Друзья!». Сценарий приключенческого квеста совместно с родителями «Путь к ЗДОРОВЬЮ, СИЛЕ И БОДРОСТИ» (подготовительная группа).	Методическая разработка	Апрель
Сценарий познавательно – игровой программы совместно с родителями «В Стране спортивных мячей».	Методическая разработка	Май
Тематический буклет «Комбинированные игры с мячом».	Методическая разработка	Май
«Такие разные Мячи!».	Временный мини-музей в ДОУ	Май
Результаты диагностического обследования - определения уровня развития ловкости у старших дошкольников на конец учебного года.	Протокол показателей уровня развития ловкости	Май

ДОПОЛНИТЕЛЬНО НА ПЕРСПЕКТИВУ

Содержание работы	Формы работы	Сроки
Изучение новых авторских программ, практического опыта инструкторов по физической культуре из образовательных ресурсов по теме самообразования.	Самообразование	В течение года и по мере необходимости
Поиск адресов прогрессивного педагогического опыта коллег по данной тематике, изучение полученного банка данных.	Самообразование	В течение года
Разработка картотеки схематических карточек к игровым заданиям спортивной направленности с мячом.	Тематическая картотека	В течение года

Список изучаемой литературы.

1. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. Пособие для воспитателя детского сада. М.: Просвещение, 1981.
2. Емельянова М.Н. Подвижные игры как средство формирования самооценки. Ребенок в детском саду, 2007.
3. Кузнецов В.С., Г.А. Колодницкий. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие. М.: НЦ ЭНАС, 2006.
4. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду 5-7 лет. Пособие для воспитателя детского сада. М.: Айрис-Пресс, 2000.
5. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. Учебное пособие. М.: Воспитание дошкольника, 2006.
6. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. М.: ТЦ Сфера, 2005.
7. Филиппова С.О. Формирование у дошкольников двигательных навыков. Пособие для воспитателя детского сада.
8. Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. Пособие для воспитателя детского сада.
9. Шебеко В.Н. Физическое воспитание дошкольников. Пособие для воспитателя детского сада.
10. Баскетбол для всех и каждого. Учебно-методическое пособие под общей редакцией Тригорлова В.В. - 2007.
11. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. М.: Физкультура и спорт, 1991.
12. Воронцова О. Игровые приемы. Дошкольное воспитание. - 2009. - № 9. – 57-59.
13. Миронова Р.М. Игра в развитии активности детей. Книга для учителя. Минск: Нарасвета, 1989.

14. Сборник подвижных игр для работы с детьми 2-7 лет. Автор-составитель Э. Я. Степаненкова. М.: Мозаика-синтез, 2011.
15. Теплова И. Школа мяча. Дошкольное воспитание. - № 10. – 2008.
16. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.: Физкультура и спорт, 1982.
17. ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ.