

ДОШКОЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА

Буланова Оксана Александровна

инструктор по физической культуре

АНО ДО «Планета детства «Лада»

«Д/С №157 «Светлячок»

г. Тольятти, Самарская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ СПОРТИВНЫХ ИГР В РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ 6–7 ЛЕТ

Аннотация: в статье рассмотрена программа «Обучение дошкольников элементам спортивных игр», представлены её цели и задачи, примерные планы занятий.

Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения, а также элементы спортивных игр. В нашей дошкольной организации мы разработали программу «Обучение дошкольников элементам спортивных игр».

Цель нашей программы – обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья по средствам спортивных игр.

Задачи:

1. Формирование интереса у детей к систематическим занятиям спортивными играми и укрепление здоровья детей.
2. Овладение детьми основами спортивных игр.
3. Формирование у детей навыков соблюдения спортивной дисциплины.
4. Формирование у детей навыков общения в коллективе.
5. Выявление способных детей для спортивных школ.

Участниками программы являются старшей и подготовительной групп. Для детей подготовительной группы мы взяли элементы спортивных игр – волейбол и городки. Начальное обучение детей приемам игры должно учитывать следующие моменты. Необходимо выделить те игровые действия, которые составляют основу техники любой подвижной и спортивной игры; соответственно они должны быть доступны детям 6–7 лет; давать наиболее эффективный результат

в решении игровых задач. Отобранные для разучивания действия должны обеспечить соответствие необходимого для их усвоения напряжения сил с уровнем развития занимающихся. На начальном этапе формирования навыков владения спортивным снарядом внимание ребенка должно быть направлено на качество выполнения движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. Если дети еще полностью не усвоили новое движение, навык еще не сформирован, то соревнования на скорость выполнения движения способствует нециальному их закреплению. Но это не значит, что на начальном этапе формирования действий с мячом основным методом обучения должно быть только упражнение. Широкое применение игрового метода возможно уже с самого начала. Используя игры и игровые упражнения, которые могут составлять 60–70%, мы удовлетворяем желание детей играть. Эффективно использование подвижных игр, где каждый играющий действует за себя, в сочетании с обучением. В дальнейшем целесообразно применять подвижные игры, в которых результат команды зависит от участия каждого ребёнка действующего независимо от своих партнеров. Такие игры повышают ответственность ребенка перед командой и побуждают его действовать наиболее эффективным способом, мобилизуя максимальные усилия для достижения наилучшего результата.

Примерные планы занятий по обучению детей элементам игры волейбол.

Занятие №1.

Задачи:

1. Учить принимать стойку волейболиста, т.е. правильное положение в ожидании выполнения передачи. Упражнять в различных перемещениях.
2. Закреплять умение выполнять передачи мяча в парах 2 р. из-за головы.
3. Совершенствовать разные способы передачи мяча в подвижной игре (п/и) «Мяч капитану».

Содержание и методика проведения:

1. Вводная часть:

Ходьба: в медленном и быстром темпе; ходьба по зрительным ориентирам.

Бег с изменением темпа. Общеразвивающие упражнения (ОРУ) с мячами.

2. Основная часть. Основные виды движений (ОВД):

- передачи мяча в парах 2 руками из-за головы;
- принятие на месте стойки волейболиста;
- приставной шаг вправо, влево без мяча в стойке волейболиста;
- игровое упражнение (и. у.) «Прими стойку».

П/и «Мяч капитану».

3. Заключительная часть. Дыхательная гимнастика.

Занятие №2.

Задачи:

1. Познакомить с техникой приема мяча 2 руками снизу, которая осуществляется на нижнюю часть предплечий или кисти, руки в момент приема выпрямлены.
2. Упражнять в умении передавать мяч 2 руками сверху, изменять силу удара по мячу в зависимости от расстояния.
3. В п/и «Чья команда быстрее построится» совершенствовать технику передвижения волейболиста.

Содержание и методика проведения:

1. Вводная часть:

Ходьба: маленькими и большими шагами со сменой ведущего. Бег: обычный, захлестывая голень. ОРУ с мячами.

2. Основная часть. Основные виды движений ОВД:

- передача мяча двумя руками в парах, варьируя расстояние от 0,5 м. до максимального, на которое способны;
- изучение положения рук, кистей рук (имитация);
- отбивание мяча, подвешенного на шнуре (движение рук главным образом за счет разгибания ног, в плечевых суставах оно не значительное).

П/и «Чья команда быстрее построится».

3. Заключительная часть. Малоподвижная игра (М/п) «Лови мяч».

Примерные планы занятий по обучению детей элементам игры городки.

Занятие №3.

Задачи:

1. Познакомить с битой, выработать у детей определенные умения обращения с битой, ощущения ее свойств (вес, размер);
2. Закреплять умение метать в горизонтальную цель;
3. Совершенствовать умение быстро ориентироваться в пространстве в п/и «Найди свой домик».

Содержание и методика проведения:

Показ и объяснение правильного хвата биты (ребенок берет биту одной рукой за ее конец четырьмя пальцами снизу, а большим пальцем сверху).

1. Вводная часть:

Ходьба по дорожке, выложенной из городков: пройти с высоким подниманием колен; перепрыгнуть на 2 ногах. Бег змейкой. ОРУ с битой.

2. Основная часть. ОВД:

- держа биту вертикально в одной руке подбросить и поймать ее другой;
 - подбрасывание биты вверх и ловля ее одной рукой (правой, потом левой);
 - имитация различных движений битой, держа ее поочередно то правой, то левой рукой;
 - и. у. «Попади в обруч» – метание мешочков с $S=3$ м. правой и левой рукой.
- П/и «Найди свой домик».
- 3. Заключительная часть. М/п игра «День и ночь».*

Занятие №4.

Задачи:

1. формировать умение управлять битой. Развивать наблюдательность (видеть зависимость скорости полета биты от приложения силы, выполнять движения рукой и всем телом в соответствии с ним);
2. закреплять умение принимать правильную стойку городошника;
3. закреплять умение выполнять броски битой в п/и «Кто дальше бросит биту (сбоку) правой и левой рукой».

Содержание и методика проведения:

1. Вводная часть: Ходьба, перешагивая через предметы разной высоты. Бег с изменением темпа. ОРУ с битой.

2. Основная часть. ОВД:

- и. у. «Прими стойку»;
- имитация удара рукой в воздух;
- удар битой по подвешенному на веревке мячу.

П/и «Кто дальше бросит биту (сбоку) правой и левой рукой» – дети делятся на 3–4 группы. По сигналу первые номера бросают биты как можно дальше. Судья отмечает лучший результат. Затем бросают вторые номера и т.д. Выигрывает ребенок, дальше всех, бросивший биту.

3. Заключительная часть. М/п игра «Нарисуй букву своим телом».

Список литературы

1. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. М.: Просвещение, 1981.