



СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ



АВТОР РАБОТЫ: ФУДИНА ЕЛЕНА НИКОЛАЕВНА.



ЦЕЛЬ:

Ознакомление детей со спортивными играми и упражнениями, закрепление основ правильной техники.



ЗАДАЧИ:

- Учить детей согласовывать свои действия с действиями товарищей;
- Развивать творчество, незатухающий интерес к результатам игры.
- Воспитывать сдержанность, самообладание, ответственность, волю и решительность;
- Обогащать сенсомоторный опыт и словарный запас.



СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Спортивные игры укрепляют крупные группы мышц, развивают психофизические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость.

В спортивных играх у ребенка повышается умственная активность, ориентировка в пространстве, развивается сообразительность, быстрота мышления, происходит осознание собственных действий.

В детском саду необходимо применять только те игры, которые дадут детям возможность быстрее овладеть элементами спортивных игр.



С этой целью самое большое внимание следует уделять играм с мячом. В этих играх дети овладеют навыками ловли, бросания, метания.

Особенно большое внимание игры с мячом оказывают на воспитание быстроты реакции, ловкости, подвижности.

Обучать детей играм с элементами спортивных игр следует постепенно, переходя от простого к сложному. Обучение нужно начинать с изучения общих, сходных для ряда игр, приемов. При разучивании элементарной техники спортивных игр наибольшей любовью (особенно у мальчиков) пользуется игра в городки, а также игры с мячом типа баскетбол, бадминтон, малый теннис.



Среди всех спортивных игр для детей, так популярны эстафеты.

Эстафеты могут быть в виде бега за флажком, с шайбой, мячом или другим спортивным инвентарем.

Важно чтобы во время спортивной игровой деятельности, каждый ребенок мог проявить себя и свои способности.

Спортивные развивающие игры для детей помогают формировать у ребенка уважительное отношение к физической культуре и спорту. А это - залог отличного здоровья в будущем.



ПОЛЬЗА СПОРТИВНЫХ ИГР В ДОУ

Физическое развитие.

Занятия спортом укрепляют нервную, дыхательную и сердечно-сосудистую системы организма. Кроме того, развиваются такие качества как сила, выносливость, ловкость и быстрота движений.

Умственное развитие.

Необходимость за ограниченное время выполнять определенные игровые задачи, способствует развитию сообразительности и активизации мышления. А также формируются навыки хорошей ориентации в пространстве.



Коммуникативные способности.

Спортивные развлечения в детском саду учат очень важному умению – искусству взаимодействия с коллективом. Малыши постепенно понимают, что нужно считаться с мнением других и уметь разрешать конфликтные ситуации.

Нравственно-волевые черты.

Самодисциплина, воля, самообладание, честность – одни из немногих перечисленных качеств, которые возвращают спортивные игры в дошкольных образовательных учреждениях.



Бадминтон (мяч с перьями) — спортивная игра с воланом и ракетками.

Цель игры — не допустить падения волана на своей площадке и приземлять его на стороне противника. Простота правил, возможность играть на любой небольшой площадке, лужайке, пляже.

До проведения игры ребенка учат правильно держать ракетку: ее держат в правой руке так, чтобы конец ручки упирался в основание ладони, большой палец слегка вытянут вперед и упирается в ручку ракетки.

Ребенок упражняется в отбивании волана. Он левой рукой подбрасывает волан перед собой и отбивает его ракеткой вверх, не давая ему упасть.



Баскетбол - это командная игра, в которой совместные действия игроков обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метание, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре

Исследование Н. Шашковой показало, что если ребенок владеет навыками различных манипуляций с мячом («Школой мяча»), то это облегчает освоение игры в баскетбол.



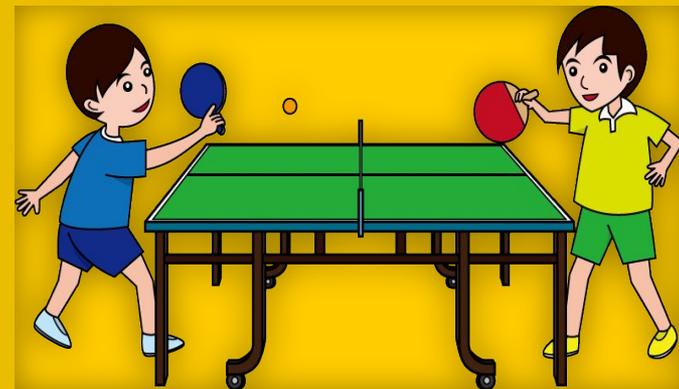
Настольный теннис.

Для игры в настольный теннис делают столы: для средней группы высотой 65 см, длиной 230 см и шириной 100 см; для старшей и подготовительной групп - 68, 250, 130 см.

Для метаний и игр с мячом на площадке строят вертикальные и горизонтальные цели — это металлические кольца, чурки с прикрепленными кольцами. Они используются и для метаний и пролезания, и для разных игр.

Для метаний также используется установленная на площадке модель ракеты — дети бросают мячи, шишки, мешочки с песком.

Ракета используется и для упражнений в беге по наклонной плоскости, и для ролевых игр.



Хоккей.

В подготовительный период дети осваивают основные понятия: клюшка, крюк клюшки, шайба. Вначале дети играют с маленькими клюшками без коньков. В этот период руки ребенка привыкают к отягощению клюшкой, дети приобретают ловкость, учатся маневрировать, бить по шайбе и т.п. Маленькими клюшками дети стараются загнать льдинку в лунку, круг или воротца.

Играют в игры «Передай шайбу», «Кто быстрее догонит шайбу до круга». С самого начала важно научить правильно держать клюшку двумя руками - правой (сильной) рукой за конец палки, хватом сверху (отступив 1,5—2 см), а другой рукой немного ниже - хватом снизу. Клюшку нужно держать так, чтобы крюк нижним ребром прилегал ко льду. Во время игры не перехватывать клюшку руками. В руках игрока она должна быть легкой, послушной. Для этого детям даются упражнения: махи руками с клюшкой, перенос клюшки вокруг туловища, из одной руки в другую, вращение клюшки, держа ее двумя руками и т.п.



Футбол Один из древнейших видов спорта. Традиционно считается, что футбол изобрели в Англии в средние века. Смысл его состоял в том, чтобы забить ногами кожаный мяч, набитый перьями и волосом в сеть, натянутую на бамбуковой основе. Англичане не изобрели футбол, а лишь развили и популяризировали его. Правила этого вида спорта изменялись с течением времени.

Главные принципы футбола:

В игре участвуют две команды, из 11 игроков каждая. Цель – забить мяч в ворота соперника. Футболисты направляют мяч только ногами и головой, использовать руки запрещается. Побеждает команда, которой удалось забить мяч большее количество раз.

Здесь имеются роли: вратарь; 4 защитника; 3 полузащитника; 3 нападающих.



Городки - старинная русская игра. Эта игра развивает глазомер, точность движений, укрепляет мышцы рук и плечевого пояса, вызывает сильные эмоции.

Для детей дошкольного возраста подбираются облегченные биты длиной 45—50 см, весом 400—450 г, городки высотой 10—12 см.

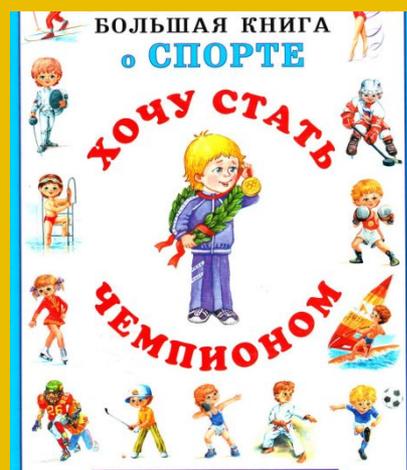
Правила игры в городки упрощены с игрой взрослых. На земле чертят «город»—квадрат, каждая сторона которого равна 1 м. На расстоянии 3—4 м от передней (лицевой) линии города проводится черта, с которой начинается кон. Между городом и коном на расстоянии 2—2,5 м от города — полукон. Когда дети научатся выбивать городки с этого расстояния, линии кона и полукона увеличиваются на расстояние 5—6 и 2—3 м.

На передней линии города складываются различные фигуры («забор», «бочка», «колодец», «самолет» и др.). Бросая биты, играющий старается выбить городки за пределы квадрата-города. Выигрывает тот, кто выбьет большее количество городков при меньшем количестве бросков.



Используемая литература:

1. <http://womanadvice.ru/sportivnye-igry-v-detskom-sadu>
2. О. Е. Громова. Спортивные игры для детей. М. 2009.
3. Адашкевич Э. И. Баскетбол для дошкольников. — М., 1983.
4. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 368 с. С. 232-237
5. Аксенова Н. Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях // Дошкольное воспитание, 2000. № 6. С. 37-48.
6. Бочарова Н. Физкультурно-спортивные праздники в детском саду: новые подходы, методические рекомендации // Дошкольное воспитание, 2004. № 1. С. 46-51.
7. Вавилова Е. Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 1983. - 144 с.
8. Волошина Л., Новичкова Л. Играем в баскетбол // Ребенок в детском саду, 2001. № 3.
9. Волошина Л., Лунина Т., Новичкова Л. Играем в хоккей // Дошкольное воспитание, 2003. № 1. С.34-39.





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

