



Подвижные игры и игровые задания с мячом, как средство развития ловкости у дошкольников

Выполнил: инструктор по ФК
Мякина Светлана Сергеевна



Подвижная игра —
естественный спутник
жизни ребенка, источник
радостных эмоций,
обладающий великой
воспитательной силой.
Подвижные игры
являются традиционным
средством педагогики.

А. В. Кенеман

Мяч – удивительно интересная игрушка. Пожалуй, ничего аналогичного – настолько простого и в то же время интересного – пока ещё люди не придумали. Мяч воспринимается ребёнком как нечто живое. Он чутко реагирует и отзывается на движение, может быть послушным и озорным, он – яркий, круглый и очень милый. В мяч можно играть, ещё не научившись ходить, и можно наблюдать, как



люди весьма почтенного
возраста с
упоеанием гоняют мячик.

Действия детей с мячом включены в занятия начиная со второго года жизни. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от группы к группе за счёт введения дополнительных заданий, а также более сложных способов выполнения.



Мячи бывают разного размера и цвета, изготовленные из разных материалов: воздушные, надувные, теннисные, резиновые, тряпичные, ватные, клубки из ниток. Старшим детям необходимы волейбольные и набивные мячи весом до 1 кг.



МЯЧИ ДЛЯ ИГР



Воздушный шар



попрыгунчик

массажный



Для прыжков



Мячи для сокса



Надувной мяч

резиновый



мякиши

Мяч – это шар, идеальная космическая форма, самая совершенная геометрическая фигура, не имеющая ни начала, ни конца. Никакое тело другой формы не имеет большей поверхности соприкосновения с ладонью, что дает полноту ощущения формы. Шар посылает оптимальную информацию всем анализаторам. Совместная работа двигательного, вестибулярного, зрительного и кожного (тактильного) анализаторов, которые включаются при выполнении упражнений с мячом, усиливает эффект занятий.



В системе физического воспитания, разработанной П. Ф. Лесгафтом, игры с мячом также занимают важное место. Ребёнок играя, выполняет разнообразные манипуляции с мячом: целится, отбивает, подбрасывает, перебрасывает, соединяет движения с хлопками, различными поворотами и т. п., что способствует развитию глазомера, двигательных координационных функций. По данным А. Лоуэна, отбивание мяча повышает настроение, снимает агрессию, помогает избавиться от мышечных напряжений, вызывает удовольствие. Удовольствие, по его мнению, это свобода телодвижения от мышечной брони, мышечного напряжения.



Основная задача ДОО – обучить ребенка навыкам владения мячом от простых до сложных элементов.



Игры с мячом активизируют весь организм: развивают координацию, регулируют силу и точность броска, осанку, смекалку, способствуют общей двигательной активности, развивая ловкость, быстроту реакции, моторику рук, которая имеет особое значение для развития функций мозга ребенка, развития речи. Игры с мячом развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Совместные действия в играх сближают детей,
доставляют им радость от преодоления
трудностей и достижения успеха.
Мяч является средством общения между
людьми.



Возрастные особенности

В младшем возрасте детей знакомят с мячом и используются мячи разного размера, но предпочтительно работать с мячами большого размера. Учат играть, брать, держать, переносить одной и двумя руками. В играх ребята весело бегут за мячом, собирают их и кладут в корзину. Так же прокатывают друг другу, бросают мяч, пытаются поймать из рук взрослого.







Возможности ребенка в средней группе в бросании и ловле мяча повышаются в связи с увеличением физической силы, развитием координации движений и глазомера. Дети отталкивают мяч симметрично обеими руками, придавая ему нужное направление движения. Катают между предметами, бросают и ловят, попадают в предметы, метают вдаль.







В старшем возрасте упражнения и игры становятся сложнее и разнообразней. Дети должны иметь разносторонние навыки владения мячом. Ребята ловко бросают и ловят, быстро и точно передают в разных направлениях, чувствуют и умеют контролировать мяч. Бросают под углом в стенку и овладевают простейшими спортивными упражнениям (ведение мяча по прямой, забрасывание мяча в баскетбольную корзину).









Дети 6-7 лет, по сравнению с младшими детьми, достигают определенного уровня совершенства, все навыки с мячом закрепляют, усложняют и применяют в самостоятельной деятельности.

Они свободно держат, передают, бросают. Ребята в состоянии понять сущность упражнений с мячом: определить расстояние, траекторию полета, вес и упругость, ориентировка на площадке, находить более удобное место для ведения игры с мячом. На занятиях применяются элементы спортивных игр, как баскетбол, волейбол, футбол.









Мяч в народных играх – забавах.

Для того, чтобы освоить подвижные игры с мячом, дети должны хорошо овладеть основными приемами. В русских народных играх, играя в мяч, выполнялись сложные фигуры, и они назывались в играх по – разному, например:

Свечки – подбросить мяч вверх, дать ему упасть и поймать его.

Гвозди ковать – отбивать мяч рукой об землю.

Зайца гонять – бросить мяч о землю так, чтобы он ударился о стенку и поймать его с отскока от земли.

Одноручье – подбросить мяч вверх левой рукой и поймать левой, затем также правой рукой.

В ладошки – ударить мячом в стену, хлопнуть в ладоши и поймать мяч.



Работа с родителями.

Для получения большего эффекта от занятий с мячом необходимо, чтобы родители как можно чаще уделяли внимание играм с детьми. Совместные игры родителей с детьми духовно и эмоционально обогащают детей, удовлетворяют потребность в общении с близкими людьми, укрепляют веру в свои силы. Ребенок очень рад минутам, подаренным ему родителями в игре. Чем больше выпадает дорогих минут в обществе семьи, тем больше взаимоотношения, общие интересы и любви.



Спасибо
за внимание!

