

ИГРЫ С МЯЧОМ. РАЗВИТИЕ КРУПНОЙ МОТОРИКИ.

Консультация для родителей

Подготовил: Инструктор по физической культуре

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 35 "Родничок"
Паршина Галина Николаевна



Изучая труды зарубежных и русских педагогов можно прийти к выводу, что во все времена ученые и педагоги говорили о необходимости физических упражнений, об их оздоровительном воздействии. На протяжении многих лет ученые доказывали благотворное влияние физических упражнений не только на здоровье человека, но и на его умственные способности.

Дар Фребеля – мяч, остается и сейчас любимой игрушкой детей. Он помогает делать ежедневные упражнения интереснее и разнообразнее. С помощью упражнений с мячом мы развиваем у детей ловкость, быстроту реакции, умение работать в паре, умение согласовывать свои действия.

Разнообразные игры с мячом, помимо укрепления физического здоровья всесторонне развивают ребенка, знакомят с пространственной ориентировкой, развивают воображение. Можно и сейчас наблюдать, что дети, как малыши, так и более старшие любят игры и упражнения с мячом.

Какое же значение оказывают игры и игровые упражнения с мячом на развитие ребят?

- Активизация мыслительной деятельности;
- Развитие крупных и мелких мышц;
- Воспитание положительных нравственно-волевых качеств;
- Коммуникативный навык;
- Совершенствование навыка основных движений;
- Развитие физических качеств: сила, ловкость, быстрота, прыгучесть;
- Решение коррекционной работы.

Игры и упражнения с мячом

Развивают: точность, согласованность, ритмичность, ловкость, меткость, глазомер, патриотизм, коллективизм, выразительность движений, пространственную ориентировку.

Укрепляют: Мышцы плеч, туловища, рук и ног, мелкие мышцы кистей рук.

Воспитывают: выдержанность, честность, взаимопонимание, дисциплину, умение взаимодействовать.

В своей работе я использую **основные приемы техники владения мячом** через элементы **спортивных игр**: футбола, баскетбола, волейбола.

Перемещение с мячом по прямой, удары по неподвижному мячу, прием мяча, ведение мяча змейкой, попадание мяча в предмет, забивание мяча в ворота.

Передвижение по площадке бегом, ловля и передача мяча от груди на месте и в движении, ведение мяча на месте правой и левой рукой и вокруг себя, остановка, передача, бросок в корзину двумя руками, бросок одной рукой от плеча, подвижные игры.

Броски друг другу, передача двумя руками от груди, перемещение игрока: приставным шагом, выпады, прыжки с ноги на ногу, передача и ловля мяча в движении, переброс мяча, подвижная и учебная игра.

Все упражнения элементов спортивных игр лучше всего закрепить через подвижные игры: "Гонки мяча", "Задержи мяч", "Стенка на стенку", "Футбол вдвоем", "Забей в ворота", "Попади в мишень", "Пингвины с мячом", "Слалом с мячом", "Мяч ловцу", "Мотоциклисты", "Ведение парами", "Борьба за мяч", "Мяч водящему", "Пушбол", "Вызов по имени", "Займи место", "Горячий мяч", "Играй мяч не теряй", "Лови мяч", "Поймай мяч", "Кого позвали – лови", "Вслед за мячом", "Мяч водящему", "Пушбол, передал – садись", "Переправа", "Перестрелка".

Детей младшего возраста можно увлечь только игрой. Чтобы дети долго не теряли интерес к мячу лучше всего обратиться к игровым упражнениям с разными мячами. Яркие, разные по внешнему виду и диаметру мячи дают возможность продлить интерес детей к занятию, ну и игровые упражнения, имеющие свое название и подвижные игры с мячом тоже вовлекают детей в игру.

Структура занятия стандартная: разминка с переходом к более трудным основным упражнениям, по возрастным навыкам детей, и даже силовым заданиям. Например: вначале делаем массаж мячами «ежами» разного диаметра, или перекатывание Колобка по дорожкам в «поле» (по полу), по горам(по скамейкам), «по тропинке» (змейкой), вперед лицом или спиной, лепим «пирожок» из килограммового мяча, припевая песенку «Я пеку, пеку» или закручиваем его в упражнениях «Круть-верть».

Во второй части занятия идут основные более сложные задания: метание вдаль, разными руками, двумя руками из-за головы, бросок летающего мяча или скачущего, перекатывание друг другу броски с отскоком, прокатывание через ворота в паре и т.д.

Особое внимание необходимо уделять индивидуальной работе с мячом каждого ребенка в бросании об пол и ловле, подбрасывании и ловле, и даже отбивании до 2-х раз проговаривая стихотворение «Мой веселый звонкий мяч».

В играх «Кегельбан», «Поймай мяч», «Ловишка с мячом» можно закреплять приобретенные на занятии умения.

Как можно играть с мячом.

Катание мяча.

1. Стоя на месте прокатываем мяч вокруг двух ног.
2. То же делаем при выполнении шага вперед и прокатываем мяч вокруг каждой ноги.
4. То же, попадая в установленный в середине предмет(кеглю, кубик, мяч).
5. Мяч у обоих игроков, катить по команде так, чтобы мячи столкнулись (встретились).
6. Катить мяч руками или ногами между предметами, установленными по прямой линии, «змейкой».
7. Закатывать мяч ногами поочередно в обручи, лежащие на полу. Мяч в каждом обруче обязательно остановить. Руками до мяча дотрагиваться нельзя.
8. Кто быстрее переведет мяч ногами из одного обруча и обратно.
9. Закатывание мяча ногами в ворота (пустые, с вратарем).
11. Прокатывать мяч руками в «ворота» - ноги партнера.

Ведение мяча.

Эстафеты с ведением мяча.

Игры в паре.

Передача мяча стоя спиной друг к другу (под ногами, над головой, сбоку). Игра «Съедобный, не съедобный». На асфальте или земле чертятся линии. Первый игрок встает у самой ближней. Второй бросает мяч и одновременно произносит название предмета. Если он съедобный первый игрок должен поймать мяч, а если нет – оттолкнуть. Если первый игрок все сделал правильно, то он переходит в следующий дом.

Игры с мячом

Ловишка с мячом

С помощью считалки выбирается водящий – ловишка. Он становится на середину площадки, у него в руках мяч. По команде: «Раз, два, три – лови!» все разбегаются по площадке и бегают от ловишки, который старается догнать кого-либо из играющих, бросая в них мячом. Тот, кого ловишка коснулся (запятнал), садится на скамейку. Через какое-то время игра останавливается, выбирается новый ловишка.

Охотники и утки.

Выбираются два охотника, которые стоят по краям зала. В середине зала располагаются утки. Они поворачиваются лицом к тому охотнику, у которого находится мяч. Охотники перебрасывают мяч, стараясь попасть в уток. Утки увертываются. Если мяч коснулся утки, то она выходит из игры. Когда остается одна утка, определяют количество бросков, которые она должна продержаться. Если утку за это количество бросков не выбили, она спасает всех остальных уток. Игра повторяется.

Мяч соседу

Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, по мячу. По сигналу воспитателя оба играющих начинают передавать мячи друг другу вправо или влево в одном направлении. Мячи передают как можно быстрее, чтобы один мяч догнал другой. Проигрывает игрок, у которого окажутся два мяча одновременно. Игра повторяется.

Большой мяч

Для игры нужен большой мяч. Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Но он встает за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадает в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середину встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется.

Правила игры. Играющие не берут в руки мяч в течение всей игры, они перекатывают его только ногами.

Блуждающий мяч

Все играющие, кроме водящего, встают в круг на расстоянии вытянутой руки. Они передают друг другу большой мяч. Водящий бегают вне круга, старается дотронуться до мяча рукой. Если это ему удалось, то он идет на место того игрока, в руках которого находился мяч, а играющий выходит за круг. Игра повторяется.

Правила игры. Передавая мяч, играющие не должны сходить с места. Нельзя мяч передавать через одного, можно только рядом стоящему игроку.

Водящему запрещается заходить в круг. Мяч можно передавать в любую сторону. Передача мяча начинается с того игрока, за которым стоит водящий перед началом игры. Играющий, уронивший мяч, становится водящим

Мяч водящему. Провести две линии. Расстояние между ними 3 м. Играющие становятся друг за другом за первую линию. Напротив них, за другую линию, становится водящий. Он бросает мяч ребенку, стоящему в колонне первым, а тот возвращает мяч водящему и перебегает в конец колонны, вся колонна продвигается вперед, к исходной линии подходит следующий. Когда все дети бросят мяч, выбирают нового водящего.

Указания. *Игру можно провести с элементом соревнования. В этом случае играющим удобно стать в несколько колонн и выбрать столько же водящих. Если игроки роняют мяч, водящий бросает его повторно, но из-за этого колонна теряет время.*