

Методическое пособие «Здоровячок»

По ознакомлению детей подготовительной группы

со спортивными играми

Корниенко Анна Александровна, воспитатель

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение детский сад № 52 станицы Петровской муниципального образования Славянский район

Пояснительная записка

к методическому пособию по ознакомлению детей со спортивными играми.

Подвижная игра является неотъемлемым спутником повседневной жизни детей дошкольного возраста.

Игры подразделяются по содержанию: подвижные и игры с элементами спортивных игр. Последняя группа игр включает только отдельные элементы спортивных игр. В этих играх учитываются прежде всего возрастные особенности дошкольников, поэтому отбираются только доступные им, простейшие, но подлинные элементы техники движений, правил, организации игры. В силу этого данные игры не могут вызвать у детей той или иной степени физического или психического напряжения, как у взрослого. Спортивные игры, элементы спортивных игр воспитывают у детей целеустремленность действий, настойчивость, дисциплину, чувство ответственности, любовь к спорту, формируют правильные элементы техники движений.

Введение игр с элементами спортивных игр целесообразно проводить в старшем дошкольном возрасте, когда дети уже сами организуют подвижные игры и владеют достаточным количеством основных видов движений, необходимых для точного выполнения элементов игры. Отличительной особенностью спортивных игр от подвижных является некоторое ограничение движений, определяемое спецификой и точностью техники двигательных действий данной игры. В составе команд установленное число участников, обязанности их распределены, продолжительность игры ограничена во времени, правила определяют точность двигательных действий. Условия проведения игр требуют подготовленного места, разметки площадки, соответствующего оборудования, инвентаря.

Недостаточность занятий спортом в России привела к высокой детской смертности и заболеваемости, плохому физическому развитию больших групп детей, подростков, юношей, сокращению продолжительности жизни. В настоящее время большое внимание в обществе уделяется развитию спорта. В дошкольном возрасте, знакомство со спортивными играми и освоении

правильной техники позволяет в дальнейшем успешно заниматься физическими упражнениями и разными видами спорта.

Примерной программой воспитания и обучения в детском саду «От рождения до школы» предусматривается ознакомление детей подготовительной группы со спортивными играми: бадминтон, городки; элементами игр: настольный теннис, баскетбол, футбол, хоккей. Все они способствуют укреплению основных групп мышц, развитию костной, сердечно-сосудистой, нервной, дыхательной систем; способствуют развитию физических качеств (выносливости, ловкости, быстроте, глазомеру, силе, равновесию) и закаливанию.

Знакомство с элементами спортивных игр в данном пособии распределено в течение всего учебного года, что позволяет достаточно внимания уделить изучению новых для детей упражнений и правил. Работа по освоению элементов спортивных игр проводится во время прогулки или во вторую половину дня, не нарушая режим двигательной активности детей. Данное методическое пособие предназначено для воспитателей подготовительной группы и инструкторов по физвоспитанию.

Методическое пособие «Здоровячок»

Ознакомление дошкольников со спортивными играми.

Подготовительная к школе группа.

СЕНТЯБРЬ		
Игра «Бадминтон»		
I неделя	II - III неделя	IV неделя
Ознакомление с правилами игры. Отработка основных приёмов игры в бадминтон (стойка, хват ракетки, приём волана, подача волана, сила удара).	Игра детей в паре, расстояние между детьми 4-5 метров. Закрепление правил игры.	Игра в бадминтон через шнур, натянутый на уровне головы детей.
ОКТЯБРЬ		
Элементы игры «Футбол»		
I неделя	II - III неделя	IV неделя
Учить передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте.	Игровые упражнения: «Попади в цель (ворота)», «Ведение мяча между предметами»	Введение знаний в практическую деятельность детей

НОЯБРЬ		
Игра «Городки»		
I неделя	II - III неделя	IVнеделя
Развитие умения детей попадать в цель с расстояния 2-2,5 метра. Показ двух способов бросания биты: 1. Согнутой в локте высоко поднятой рукой сбивой. 2. Прямой рукой, отведенной в сторону- назад.	Отрабатывание умения бросать биты, умения строить фигуры для выбивания. Индивидуальная работа с детьми.	Групповые соревнования детей в умении выбивать «городки».
ДЕКАБРЬ		
Игра «Настольный теннис»		
I неделя	II - III неделя	IVнеделя
Метание в горизонтальную и вертикальную цель мешочков с песком, мячей и т.д. Ходьба и бег с ракеткой по залу, на которой лежит мяч, стараясь его не уронить.	Выполнение игрового упражнения: -бросок мяча рукой так, чтобы он коснулся стола один раз, партнер тоже ловит рукой, разрешается отбить мяч, даже если он несколько раз стукнулся о стол. Розыгрыш мяча без сетки по правилам игры.	Игры на столе с сеткой 10 см.

ЯНВАРЬ	
Элементы игры «Хоккей» (без коньков)	
I неделя	II - IVнеделя
	Осваивание основных понятий: клюшка, крюк клюшки, шайба и т. п. Игры «Передай шайбу», «Кто быстрее догонит шайбу до круга» . Дети учатся правильно держать клюшку двумя руками, выполняют для этого упр -я: махи руками с клюшкой, перенос клюшки вокруг туловища, из одной руки в другую, вращение клюшки держа её двумя руками.
ФЕВРАЛЬ	

Элементы игры «Хоккей» (без коньков)		
I неделя	II - III неделя	IVнеделя
<p>Научить детей вести шайбу клюшкой, не отрывая её от шайбы. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками.</p>	<p>Закрепление знаний, умений детей в игре.</p>	

МАРТ		
Элементы игры «Баскетбол»		
I неделя	II - III неделя	IVнеделя
<p>Свободные игры с мячом, знакомство со свойствами мяча: высота отскока зависит от прилагаемой к мячу силы, дальность броска от веса от веса мяча, а также от прилагаемой к нему силы. Привыкая к мячу, дети учатся управлять им.</p>	<p>Ознакомление с элементами игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> - удержание мяча; - ловля мяча; - передача мяча; - ведение мяча; - бросание мяча в корзину. 	

АПРЕЛЬ	
Элементы игры «Баскетбол»	
I -II неделя	III - IVнеделя
<p>Работа по закреплению умений детей обращаться с мячом: во время выполнения упражнений правильная осанка, положение рук и т. п.</p>	<p>Выполнение элементов игры в форме эстафет.</p>

МАЙ		
Игра «Серсо»		
I неделя	II - III неделя	IVнеделя
Ознакомление с правилами простых упражнений, игры, эстафет с кольцом, без шпажки, набрасывание на горизонтальные и вертикальные предметы, подбрасывание и ловля кольца.	Упражнения, игры, эстафеты с кольцом и шпажкой.	

Список использованной литературы:

«Двигательная активность ребёнка в детском саду»; «Мозаика- Синтез»,2000 год;

Примерная основная общеобразовательная программа «От рождения до школы» под редакцией Веракса Н. Е.,Комаровой Т. С.,Васильевой М. А.; «Мозаика- Синтез»,2014 год;

«Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста»Кенеман А. В. , Хухлаева Д. В. .; «Просвещение», 1978

«Физическое воспитание в детском саду» Степаненкова Э. Я. .; «Мозаика- Синтез»,2009 год;

«Физическая культура в детском саду» Осокина Т. И.; «Просвещение», 1973

