

# Обучение дошкольников элементам спортивных игр

ПОДГОТОВИЛА: ЧАХОВСКАЯ Е.Н.



# Элементы спортивных игры



- ▶ городки
- ▶ элементы баскетбола
- ▶ бадминтон
- ▶ элементы футбола
- ▶ элементы хоккея
- ▶ элементы настольного тенниса

В соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ /Под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.

Комаровой, М.А.Васильевой элементы спортивных игр вводятся в старшей группе.

# Задачи обучения дошкольников элементам спортивных игр

- ▶ формировать у дошкольников устойчивый интерес к играм с элементами спорта, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- ▶ обогащать двигательный опыт дошкольников новыми двигательными действиями;
- ▶ развивать точность, ловкость движений, глазомер, ориентацию в пространстве
- ▶ учить правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
- ▶ содействовать развитию двигательных способностей;
- ▶ воспитывать положительные морально-волевые качества;
- ▶ формировать привычку к здоровому образу жизни.

# Требования к организации обучения элементов спортивных игр

- ▶ сезонность;
- ▶ учет возрастных и индивидуальных особенностей, их физической подготовленности;
- ▶ соответствие задачам физического воспитания и требованиям реализуемой программы;
- ▶ учет интересов детей;
- ▶ наличие материальной базы дошкольного учреждения.

# Методы обучения элементам

## *Наглядные:*

- показ движения,
- слуховые и зрительные ориентиры,
- имитация.

## *Словесные:*

- название упражнения,
- объяснение,
- указания,
- пояснения,
- распоряжения,
- команды,
- описание,
- анализ действия,
- оценка,
- вопросы к детям,
- словесные инструкции.

## *Практические:*

- выполнение упражнений без изменений и с изменениями,
- практическое опробование,
- проведение упражнений в игровой и соревновательной форме,
- выполнение упражнений в различных условиях.

# ЭЛЕМЕНТЫ ХОККЕЯ

## Программные требования (старшая группа)

Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

## Программные требования (подготовительная к школе группа)

Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения.

# Элементы футбола

## Программные требования (старшая группа)

Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении.

Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

## Программные требования (подготовительная к школе группа)

Передавать мяч друг к другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

# Подготовительная работа

Дети должны освоить приемы техники игры: перемещения, удары по мячу, приемы мяча, ведение, отбор мяча, действия вратаря, перемещения ходьбой и бегом в разных направлениях: по прямой, зигзагом, по дуге и т.д..

Удары ногой по мячу выполняются серединой подъема, внутренней и внешней частью подъема, внутренним боком стопы, носком ноги.

Приемы мяча осуществляются подошвой, бедром, носком ноги, грудью или головой. Дети учатся вести мяч по площадке носком ноги, внутренним боком подъема ноги.

# Элементы баскетбола

## Программные требования (старшая группа)

Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

## Программные требования (подготовительная к школе группа)

Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.



Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей таким приемам перемещения, как стойка, бег, прыжки, повороты, остановки. Следует научить детей принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку баскетболиста: ноги согнуты в коленях, расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена вперед на полшага. Тело направляется вперед, тяжесть его распределяется равномерно на обе ноги. Руки согнуты в локтях, прижаты к туловищу.

# Упражнения:

1. Дети разбегаются по площадке с мячом в руках. Они свободно играют на площадке, выполняют разные движения с мячом; после сигнала воспитателя быстро ловят мяч и принимают правильную стойку.
2. Дети становятся в круг. Все бегают по кругу, по сигналу принимая правильную стойку. Передвижение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками и поворотами. Во время бега ребенок должен ставить ногу на полную стопу

# Бадминтон

## Программные требования (старшая группа)

Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

## Программные требования (подготовительная к школе группа)

Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры.

Рекомендуется проводить игру в безветренную погоду на ровной площадке.

Двое детей становятся на расстоянии 4—5 м друг от друга. Один ребенок подбрасывает волан, ударяет по нему ракеткой, направляя его вперед (а не вверх) в сторону партнера. Тот должен отбить волан обратно. Отбивание продолжается до тех пор, пока волан не упадет на землю. В бадминтон играть можно и через сетку.



Прежде чем обучать детей непосредственно этой игре, воспитатель должен подготовить их по следующим показателям:

- ▶ 1) выработать соответствующую осанку;
- ▶ 2) сформировать физические качества: силу удара, быстроту реакции и т.д.;
- ▶ 3) выработать подвижность кисти руки, с этой целью дать упражнения, развивающие пальцы, суставы кисти руки;
- ▶ 4) сформировать у ребенка умение играть в мяч;
- ▶ 5) разработать детально задания, которые обеспечат выработку навыка броска;
- ▶ 6) подвести детей к эффективному освоению игры и ее правил;
- ▶ 7) отработать основные приемы игры в бадминтон (стойка бадминтониста, хват ракетки, прием волана, подача волана).
- ▶ После освоения этих упражнений предлагается игра вдвоем.

# Элементы настольного тенниса

## Программные требования (подготовительная к школе группа)

Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол (правильно держа ракетку). Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.



▶ Дети 5-6 лет выполняют такие упражнения:

- ▶ 1. Катание шарика по столу ладошкой.
- ▶ 2. 2. Перебрасывание шарика друг другу.
- ▶ 3. 3. Подбрасывание шарика вверх и ловля его двумя руками.
- ▶ Дети без особого труда овладевают этими элементами.

▶ Детям 6-7 лет предлагаю выполнить такие упражнения.:

- ▶ 1 .Вращать кисть руки с ракеткой.
- ▶ 2. Бросить и поймать шарик обеими руками.
- ▶ 3. Бросить шарик одной рукой и поймать другой.
- ▶ 4. Бросить шарик вниз одной рукой, подождать, пока отскочи^ и поймать другой.
- ▶ 5. Пол ожить шарик на середину ракетки и как можно дольше удержать его.
- ▶ 6. Подбросить шарик вверх и несколько раз отбить его ракеткой.
- ▶ 7. С помощью ракетки ударить шариком о стену и, не давая ему упасть на пол повторить упражнение.
- ▶ 8. С помощью ракетки ударить шариком по нарисованным мишеням на стене.

# Городки

## Программные требования (старшая группа)

Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3-4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2-3 м) и кона (5-6 м).

## Программные требования (подготовительная к школе группа)

Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4-5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.



Прежде чем приступить к систематическому обучению детей элементам спортивных игр и к самим спортивным играм, необходимо познакомить их с различными видами спорта, спортсменами, провести экскурсию или целевую прогулку на, школьный стадион, спортивную школу, рассмотреть иллюстрации. **Цель** этой работы – вызвать интерес, сформировать желание заниматься спортом.

Таким образом, обучение детей дошкольного возраста элементам спортивных игр является неотъемлемой частью физического воспитания в ДООУ. Именно в процессе овладения ими дети открывают для себя двери в мир спорта.

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**