

Консультация для воспитателей «Организация работы по обучению элементам спортивных игр на прогулке»

В физической культуре дошкольников традиционно все упражнения делятся на четыре группы: гимнастика (основные движения, общеразвивающие, строевые и танцевальные упражнения), игры (подвижные, спортивные), спортивные упражнения, простейший туризм (экскурсии, прогулки за пределы ДОУ, походы).

Спортивные игры способствуют развитию функциональных систем организма. Вместе с расширением арсенала двигательных навыков растет и физическая подготовленность детей.

Значительная роль спортивных игр в оздоровлении детей, так как они проводятся на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Спортивные игры оказывают огромное воспитательное значение на занимающихся дошкольников. Ребенок начинает согласовывать свои действия с действиями товарищей, у него воспитываются решительность, самообладание, ответственность, происходит осознание важности коллективных действий для достижения цели.

При использовании спортивных игр у детей формируется интерес к физической культуре и спорту. С детского футбола, баскетбола, «хоккея на траве», тенниса начинается вовлечение ребенка в спортивную жизнь.

Баскетбол. Элементарные действия игры в баскетбол могут широко использоваться на занятиях у детей старших и подготовительных к школе групп.

Техника игры в баскетбол для дошкольников включает: действия игрока без мяча и действия игрока с мячом. Действия игрока без мяча – бег, ходьба, прыжки, остановки, повороты, стойки. Действия игрока с мячом – держание мяча, ловля, передачи, броски, введение мяча, стойки.

Закрепление и совершенствование технических приемов осуществляется в основном в подвижных играх, игровых заданиях.

Футбол. Со старшими дошкольниками проводится упрощенный вариант игры в футбол. Правила игры имеют некоторые особенности: не применяются трудные не доступные детям элементы (одиннадцатиметровый, угловой удары и др.) в зависимости от подготовленности детей и для поддержания интереса к игре правила игры можно изменять.

Основными приемами техники игры являются передвижения (бег, прыжки, остановки, повороты), удары по мячу, остановки мяча, ведение, отбор мяча, действия вратаря.

«Хоккей на траве». Техника игры в хоккей включает: передвижения, держание клюшки, ведение мяча, броски и удары мяча, прием и остановки мяча.

Занятия хоккеем можно начинать проводить в старших группах. Хоккей детей значительно отличается от игры в хоккей взрослых. На начальном этапе обучения дети получают лишь элементарные представления о хоккее. Игры с клюшкой и мячом можно проводить на площадке, на траве.

Бадминтон. Детям старшего дошкольного возраста доступны отдельные элементы этой игры, упражнения и игры с воланом и ракеткой.

Сначала детей необходимо ознакомить с воланом: его качествами, весом, размером. Для этого проводятся упражнения и игры с воланом без ракетки. Затем их учат действовать с воланом и ракеткой, учат держанию ракетки, стойкам, передвижениям, подачам и ударам по волану.

Городки. Игра в городки проводится на открытом воздухе. Простота этой игры в том, что она не требует длительной специальной подготовки, легко и быстро организовывается.

Обучение игре в городки начинается в старшей группе. Сначала дают упражнения, направленные на формирование умения правильно держать биты, знать свойства биты. Затем знакомят детей с исходным положением и броскам. Когда дети научатся выполнять изученные двигательные действия, уверенно можно переходить к игре.

Систематическое использование спортивных упражнений содействует возникновению у детей потребности в самостоятельных занятиях.

Детям предоставляется возможность научиться большому количеству новых двигательных действий, используемых в необычных условиях. У ребенка пополняется словарный запас, он знакомится с устройством велосипеда, самоката и т.д., приучается ухаживать за инвентарем.

Занятия при обучении спортивным упражнениям лучше всего проводить с небольшими группами детей.

Программа по физическому воспитанию в дошкольном учреждении предусматривает выполнение детьми следующих видов спортивных упражнений: катание на велосипеде, на самокате, плавание. Занятия проводятся во время утренних и вечерних прогулок, длительность их

проведения варьируется в зависимости от возраста детей, от температурных условий.

Спортивные упражнения летом.

Катание на велосипеде

Катание на велосипеде способствует развитию ориентировке детей в пространстве, сохранению равновесия, развитию таких качеств, как выносливость, скорость, ловкость, смелость, уверенность в своих силах. Умение ездить на велосипеде представляет собой сложное двигательное действие. Основная трудность состоит в сохранении равновесия, так как опорная поверхность мала, а центр тяжести ребенка расположен высоко. Поэтому дошкольники вначале обучаются катанию на трехколесном велосипеде. Трехлетние дети без помощи взрослого с большим удовольствием свободно катаются на трехколесном велосипеде. Затем в возрасте 4-5 лет они без особого труда могут научиться кататься на двухколесном велосипеде.

Упражнения для младших дошкольников

1. Водить велосипед за руль, делать повороты.
2. Садиться и сходить с велосипеда.
3. Ездить по прямой с поддержкой, затем – без поддержки.
4. Делать повороты налево и направо, ездить в произвольном темпе.
5. Тормозить и останавливаться.
6. Ездить по кругу с поворотами налево и направо (радиус круга постепенно уменьшается).

Упражнения для старших дошкольников

1. Делать повороты направо и налево в указанном месте.
2. Ездить по кругу (с маленьким радиусом) с поворотами налево и направо.
3. Ездить «змейкой».
4. Быстро и точно реагировать на различные сигналы.
5. Соблюдать при катании избранное направление: прямолинейное, с различными поворотами.
6. Ездить быстро и медленно, произвольно и по указанию воспитателя менять темп катания.
7. Ездить, держась за руль одной рукой, одновременно доставать подвешенный предмет.
8. Проезжать по узкой дорожке (отмеченной на асфальте).
9. Ездить по дорожке с различным грунтом, по дороге с неровностями.
10. Свободно ориентироваться в пространстве, придерживаться правил уличного движения.
11. Сохранять при катании заданную дистанцию в отношении едущего впереди и сбоку.
12. Быстро и точно реагировать на сигналы светофора и регулировщика.
13. Уметь точно показывать сигналы велосипедиста.

Катание на самокатах

Катание на самокатах практикуется в старших группах. Оно способствует развитию динамического равновесия, ориентировке в пространстве, глазомера, ловкости, выносливости, укрепляет мышцы ног. Катание на самокате

способствует воспитанию смелости, настойчивости, взаимопомощи и т.п.

Упражнения

1. Вести самокат за руль по прямой, делать повороты.
2. Кататься по прямой с поддержкой взрослого.
3. Кататься по прямой отталкиваясь правой или левой ногой.
4. Тормозить и останавливаться.
5. Ездить по кругу с поворотами налево и направо.
6. Ездить «змейкой».
7. Ездить по узкой дорожке.
8. Кататься произвольно, меняя темп езды.
9. Тормозить и останавливаться в указанном месте.
10. Быстро и точно реагировать на сигналы светофора и регулировщика.
11. Кататься друг за другом придерживаясь заданной дистанции в отношении едущего впереди.

Важно правильно выбирать время для проведения спортивных игр и упражнений. Нельзя допускать, чтобы организованная двигательная деятельность проводилась за счет времени самостоятельной деятельности детей.

Следует применять разные способы организации спортивных игр и упражнений (фронтальный, групповой, индивидуальный), в том числе комбинированные, с учетом индивидуальных особенностей двигательной активности воспитанников. Применение группового способа наиболее важно в процессе обучения и совершенствования двигательных навыков. При этом одна группа детей

осваивает новый вид движений под руководством педагога, а другие воспитанники самостоятельно упражняются в хорошо знакомых движениях. Работа с небольшой группой детей позволяет педагогу учитывать их индивидуальные возможности. Исходя из специфики некоторых упражнений используются поточные и индивидуальные способы их выполнения. Сочетание разных способов организации наиболее целесообразно, поскольку значительно повышает эффективность проведения спортивных игр и упражнений во время прогулки.

Спортивные игры и упражнения желательно организовать по подгруппам, сформированным с учетом уровня двигательной активности дошкольников. Каждая подгруппа выполняет свое задание. Например, дети первой подгруппы (с высокой и средней двигательной активностью) выполняют упражнения, требующие концентрации внимания, координации и ловкости (езда на велосипеде по дорожке с поворотами вокруг разных предметов и т.д.), при этом воспитатель осуществляет контроль. Дети второй подгруппы (с низкой двигательной активностью) упражняются в разных видах прыжков через скакалку. Такая организация требует от педагога тщательного подбора упражнений, инвентаря, выделения ответственных в каждой подгруппе, выбора удобного места для контроля за движениями воспитанников.

При определении количества занятий спортивными играми и упражнениями нужно учитывать возраст детей. Также воспитателям необходимо учитывать природные и климатические условия и индивидуальные особенности детей своей группы.

Вторая младшая группа

Средняя

Старшая

1 - 2 (в зависимости от погоды)

2 – 3

4 – 5

Ежедневно (на утренней или вечерней прогулке)

Воспитатель сам определяет, в какие дни недели и на какой прогулке (утренней или вечерней) целесообразнее обучать спортивным играм и упражнениям в зависимости от погоды, от времени проведения физкультурных занятий и других условий. Если физкультурные занятия в этот день проводятся после обеда или совсем не проводятся, то обучению спортивным играм и упражнениям лучше посвящать утреннюю прогулку.