

«Мяч в жизни дошкольника»»

Инструктор по физической культуре
Н. П. Фролкина

Сталь Анатолевич Шмаков

Советский учёный в области педагогики

- ▶ МЯЧ - это рука ребенка, развитие ее напрямую связано с развитием интеллекта.
- ▶ МЯЧ - круглый, как Земля, и в этом его сила!



История мяча

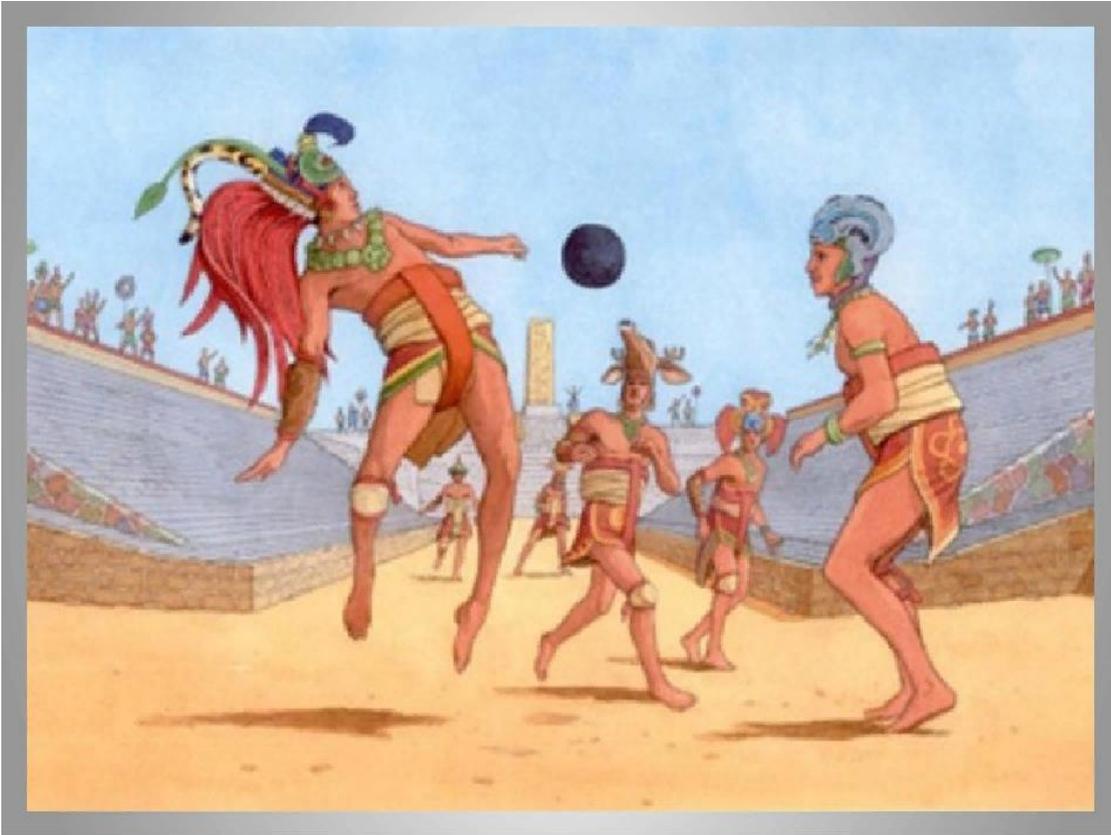
- ▶ Упражнения с мячом являются одними из наиболее древних видов физических упражнений.
- ▶ История не знает ни точного места, ни времени возникновения мяча и игр с мячом.
- ▶ Известно лишь, что мяч возник в глубокой древности и за свою историю существования претерпел много изменений.



Древние мячи

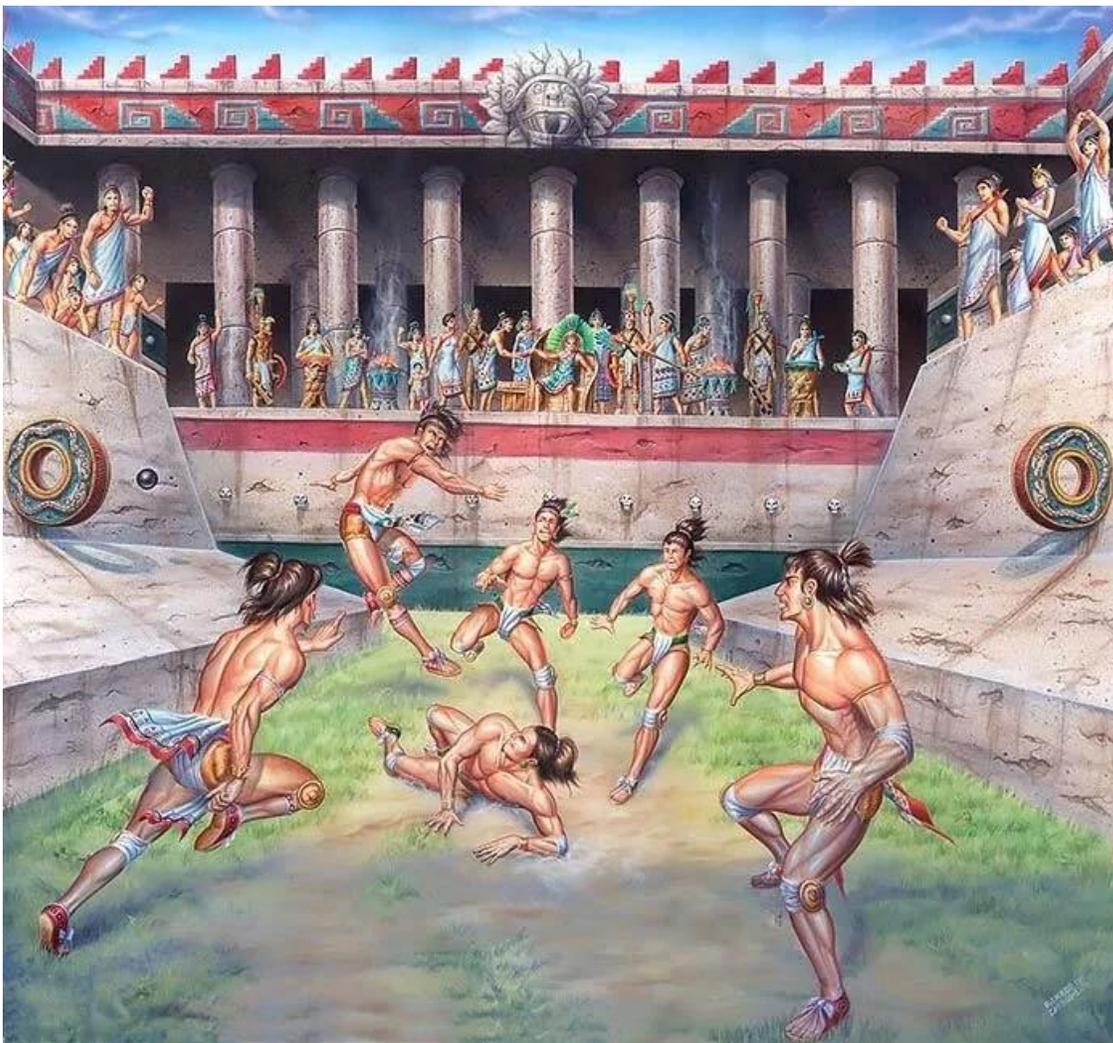


Древняя Греция



Спартанские воины увлекались «эпискиросом» — соревнованием по перебрасыванию ногами и руками кожаного мяча, набитого лоскутами, конским волосом, перьями, песком, а потом — надутого воздухом.

Игра в мяч у ацтеков



Игра в мяч у эскимосов



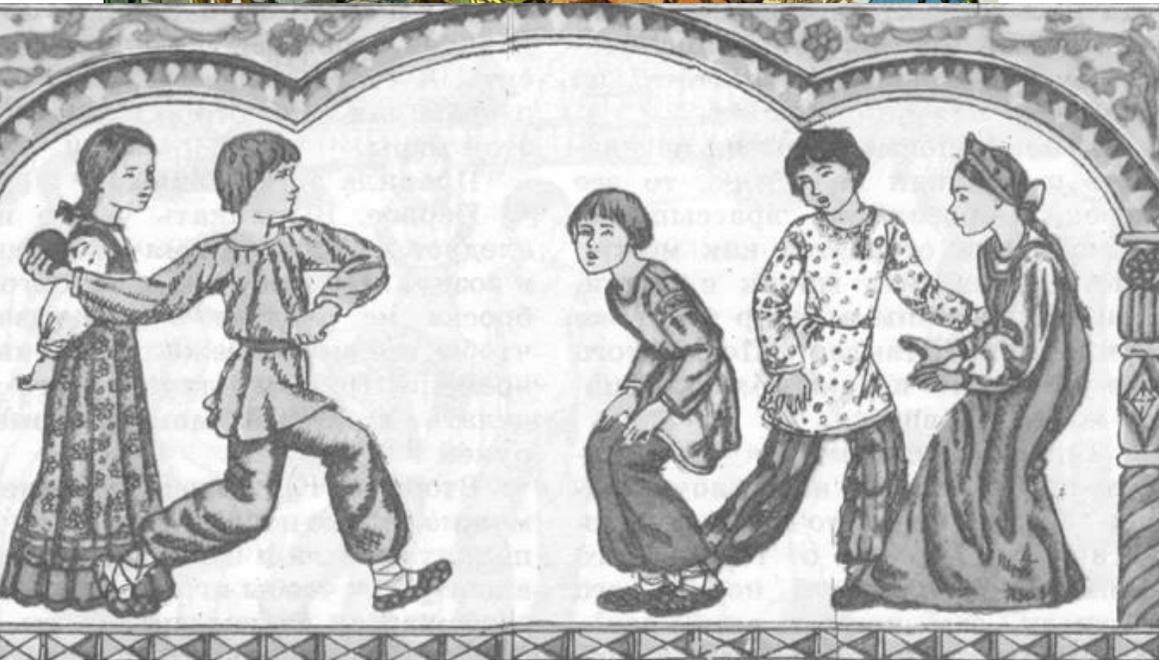
- ▶ У эскимосов игра в мяч была обрядовым действием, которое совершалось во время празднества, знаменующего победу над зловредным мифическим существом по имени Седна.

Каучуковый мяч у индейцев



- ▶ Мяч из резины «прискакал» в Европу из Центральной Америки. Местные индейцы делали его из смолы, которую добывали из разрезов коры деревьев. Нам эта смола известна под названием «каучук». Каучуковый мяч попался на глаза путешественнику Христофору Колумбу. Знаменитый мореплаватель удивился, увидев, что большой и тяжелый мяч так высоко подскакивает при ударе о землю. Матросы Колумба привезли мяч в Испанию, и упругий колобок быстро раскатился по всему цивилизованному миру.

Игры с мячом на Руси



В России мячи были разные. В раскопках под Новгородом нашли мячи разных размеров, сшитые из кожи. Ими играли дети в XIII веке. Крестьянские дети прошлого века играли легкими мячиками из бересты или тяжелыми мячами, туго свернутыми из тряпок. (Игра «Шалыга», «Штандер» - вышибалы).

Игры с мячом на Руси

► Игра «Шалыга»



- В России мячи были разные. В раскопках под Новгородом нашли мячи разных размеров, сшитые из кожи. Ими играли дети в XIII веке. Крестьянские дети прошлого века играли легкими мячиками из бересты или тяжелыми мячами, туго свернутыми из тряпок.

Игра «Штандер»



Современные мячи



Современные мячи различаются по размерам и назначению. Разные мячи применяются для игры в волейбол, баскетбол, футбол, теннис, водное поло, регби и другие игры.

Современные мячи



Современные мячи различаются по размерам и назначению. Разные мячи применяются для игры в волейбол, баскетбол, футбол, теннис, водное поло, регби и другие игры.

О значении мяча

- ▶ Мяч - удобная, динамичная игрушка, занимающая особое место в развитии действий руки.
- ▶ Первые игры с мячом бесценны по своей значимости для здоровья, эмоциональной достаточности, физического и интеллектуального развития маленького ребенка.
- ▶ На протяжении всего дошкольного детства игры с мячом усложняются и как бы «растут» вместе с ребенком, составляя огромную радость детства.
- ▶ Игры с мячом развивают глазомер, координацию, смекалку, способствуют общей двигательной активности.

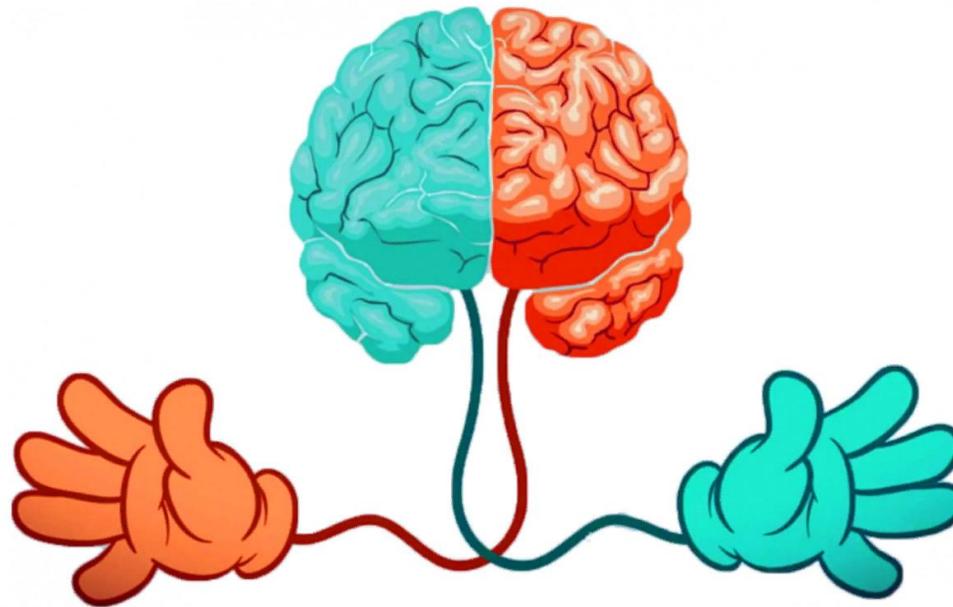


- ▶ Для ребенка мяч - предмет увлечения с первых лет жизни.
- ▶ Ребенок не просто играет в мяч, а варьирует им: берет, переносит, кладет, бросает, катает и т.п., что развивает его эмоционально и физически. Игры с мячом важны и для развития руки ребёнка.



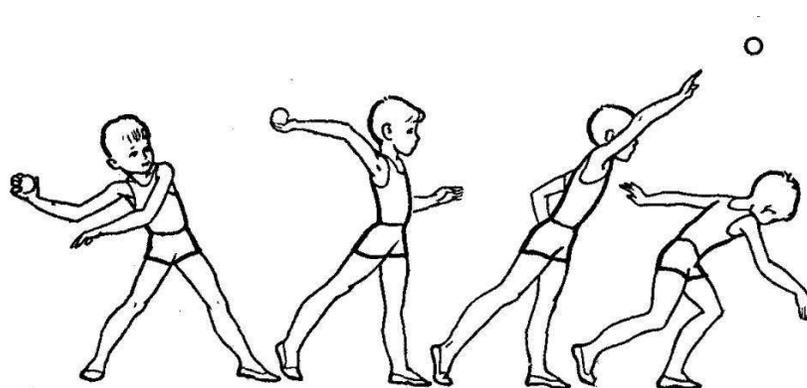
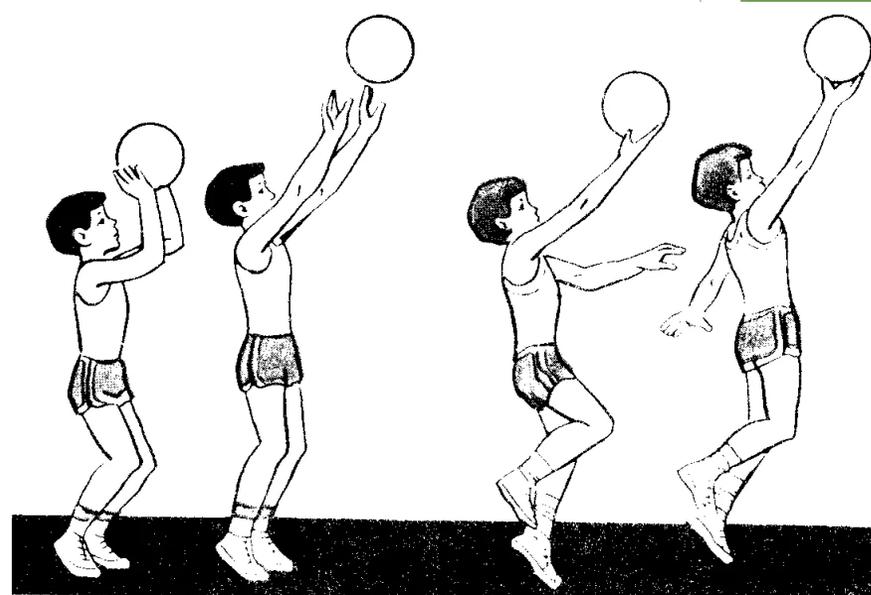
Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга ребенка.

- ▶ Чем больше «двигательных сигналов» поступает в мозг, тем интенсивнее проходит накопление информации, а, следовательно, и интеллектуальное развитие ребенка.
- ▶ Движения рук способствует также развитию речи ребенка.



Игры и упражнения с мячом благоприятно влияют на осанку ребенка

- ▶ Дети, знакомясь со свойствами мяча, выполняя разнообразные действия (бросание, катание, бег за мячом и др.), получают нагрузку на все группы мышц (туловища, брюшного пресса, ног, рук, кистей), у них активизируется весь организм.



Игры с мячом способствуют развитию физических качеств

- ▶ Регулируют силу и точность броска, развивают глазомер, ловкость, быстроту реакции.
- ▶ Игры и упражнения с мячом развивают ориентировку в пространстве.
- ▶ Нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гиперактивных детей.



Выбор мяча

- ▶ Мяч должен быть удобен и не вызывать у ребёнка слез от ощущения собственной неловкости!
- ▶ Прыгучесть. Прыгучими могут быть не только резиновые мячи, но и хорошо набитые шерстяные.



Цвет. Качество поверхности.

- ▶ Несмотря на то, что дети обращают внимание на яркие цвета, не стоит пичкать малышей едкими, броскими анилиновыми красками. Цветовосприятие глаза лучше развивается на сочных, открытых цветах радуги, их вариантах и оттенках в пастельной гамме.
- ▶ Обратите внимание, не линяет ли мяч! Не облезает ли, не отколупывается ли с него краска? Это может быть опасно для ребенка.

- ▶ Качество поверхности очень важно для тактильного восприятия. Чем больше будет натуральных материалов, тем богаче станет опыт ребенка в действиях с ними, комплексном восприятии их свойств. Рельефная вязаная поверхность, хлопковые ткани или сукно, стекло (если оно не бьется), резина, дерево, кость, плетение из бересты, лозы и т.д.



Тяжесть/легкость.

- ▶ Для ребенка, только начавшего ходить, тяжелый футбольный мяч из-за своего веса и большого размера просто не может быть игрушкой.



А вот старшим дошкольникам проявлять свою ловкость с самыми разными мячами доставляет истинное удовольствие. Для малыша очень важно научиться соразмерять силу удара с тяжестью мяча.



Какие мячи рекомендуют использовать в играх и упражнениях с детьми дошкольного возраста

- ▶ Воздушный шарик
 - ▶ Большой надувной мяч
 - ▶ Теннисные мячи (диаметром 5-6 см)
 - ▶ Мячи от пинг-понга;
 - ▶ Спортивные резиновые мячи (средних размеров диаметром 8-12 см, большие мячи диаметром 18-20 см)
 - ▶ Тряпичные мячи
 - ▶ Ватные мячи
 - ▶ Клубки из ниток;
 - ▶ Старшим детям необходимы волейбольные и набивные мячи весом до 1 кг.
- ▶ Мяч как основной, наиболее удобный для бросания и метания предмет должен постоянно находиться в свободном распоряжении детей и использоваться в самостоятельных играх и упражнениях.



Образовательная область «Физическое развитие».

Раздел «Физическая культура».

- ▶ ООП «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой действия детей с мячом включены начиная со второго года жизни.
- ▶ Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от группы к группе за счет введения дополнительных заданий, а также более сложных способов выполнения.
- ▶ Основная цель - научить ребенка обхватывать и удерживать в руках круглые предметы разного объема (маленький мяч, который он может удерживать в одной руке, или большой надувной, который можно удерживать только двумя руками).
- ▶ В раннем возрасте педагог показывает, что с мячом можно выполнять разнообразные действия (отталкивать, катать, бросать), помогает детям приобрести собственный двигательный опыт, умение обращаться с мячом.

- ▶ Детей третьего года жизни воспитатель объединяет уже в подгруппы по трое - пятеро и играет с ними. В этом возрасте у детей после многочисленных упражнений появляется своеобразное «чувство мяча».
- ▶ В среднем возрасте дошкольники учатся бросать и ловить мяч, а также осуществлять броски разной дальности и точности.
- ▶ В старшей группе дети учатся бросать мячи в паре разными способами, ловить его, метать в горизонтальную и вертикальную цель.
- ▶ В подготовительной к школе группе, кроме подбрасывания мяча разными способами с различными заданиями, метаний на дальность и в цель, предусмотрено формирование навыков ведения, отбивание мяча, ловли, передачи, а также забрасывание мяча в корзину.



Как игры с мячом помогают подготовиться ребенку к школе?

- ▶ При играх в мяч приходится удерживать один и тот же ритм: «Я знаю пять имён: Маша, Катя, Ира...». Это тренирует слуховое восприятие.
- ▶ Мячик приходится учиться правильно захватывать, что тренирует мелкую моторику и подвижность кисти, нормализует тонус мышц в руке.
- ▶ Игры с мячом - это развитие крупной моторики, координации движений.

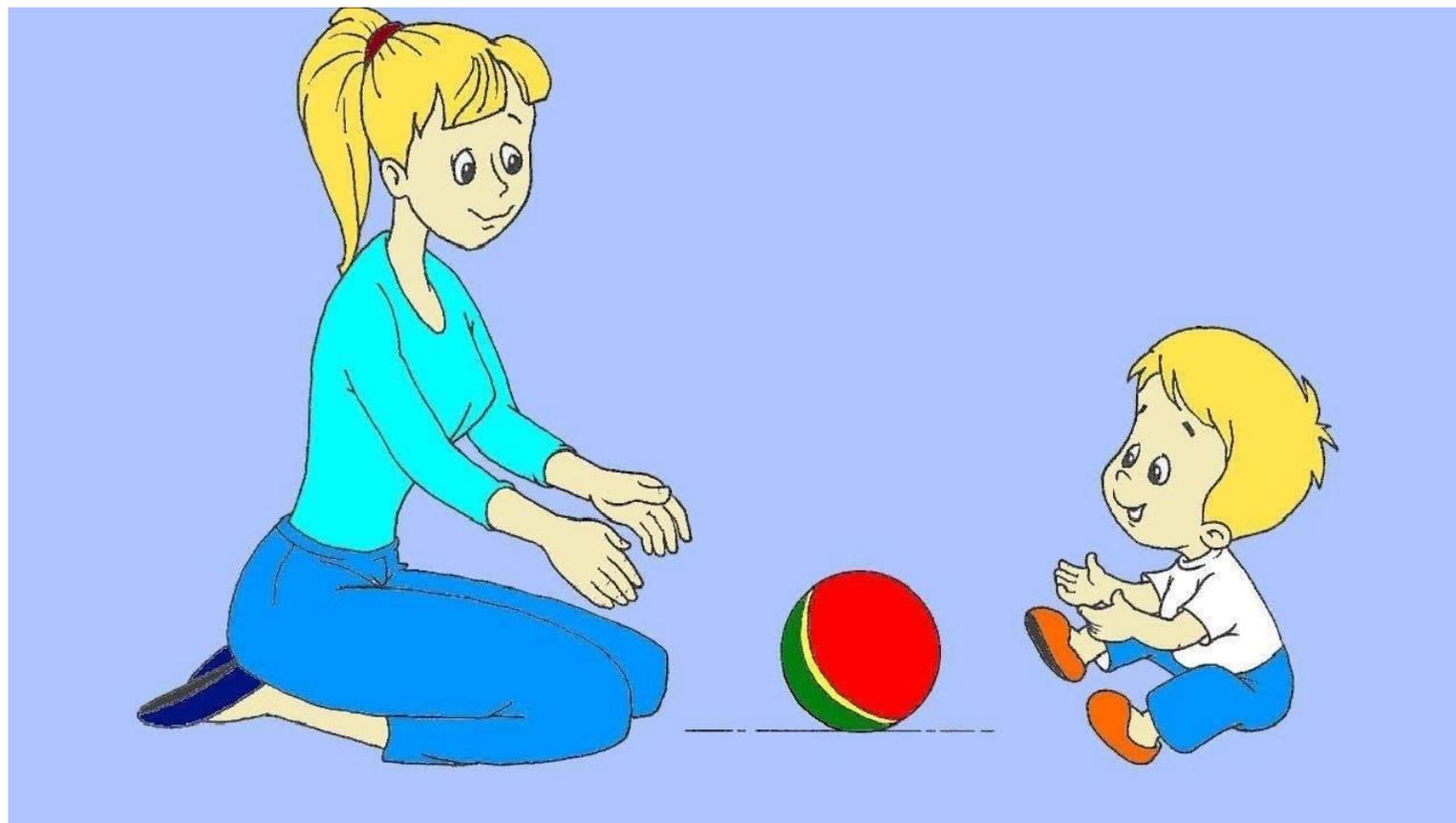
Когда оно пригодится в школе?

- ▶ при заучивании на память стихов, пересказах, написании диктантов и др.
- ▶ понадобится для письма, красивого и аккуратного почерка
- ▶ это является фундаментом, на котором выстраиваются речь, внимание, мышление, память и др.

- ▶ Отслеживание мяча глазами ▶ Это помогает при чтении, письме, когда приходится зрительно удерживать строчку, а так же отслеживать запись учителя на доске, когда нужно переключить глазки с доски в тетрадь и опять обратно на доску.
- ▶ При игре с мячом стимулируется работа правого и левого полушария, развиваются связи между ними, налаживается мозговая активность, что не может не отразиться на школьном обучении. ▶ Отмечается повышение работоспособности и улучшение мозговой активности.



Ну, что? Убедила вас о пользе мячей?
Готовы играть?



Когда в режиме дня можно проводить игры и упражнения с мячом?

- ▶ Утро
 - индивидуальная работа
 - игры с малой подгруппой детей
 - утренняя гимнастика
- ▶ Игры с мячом на ООД (физкультурное занятие, развитие речи, математика)
- ▶ Игры с мячом между ООД (малой подвижности)
- ▶ Прогулка
 - игровые упражнения с элементами спортивных игр (футбол, волейбол, баскетбол)
 - подвижные игры с мячом
 - индивидуальная работа
 - самостоятельные игры с мячом
 - игры-эстафеты с мячом
 - игры-забавы или аттракционы
- ▶ Вторая половина дня
 - игровой самомассаж с массажными мячами во время гимнастики после сна
 - речевые игры с мячом
 - индивидуальная работа
 - самостоятельные игры с мячом



Методические рекомендации при организации игр и упражнений с мячом

- ▶ В младших группах необходимо постоянно обыгрывать действия с мячом: «маленький мяч легкий», «мяч может убежать - это он играет с вами».
- ▶ Выбирать игры и упражнения по возрасту детей и уровню сформированности двигательного навыка как у отдельного ребенка, так и группы в целом.
- ▶ Рифмовки (стихотворный текст) при выполнении движений с мячом, помогают сделать занятие более понятным, а главное, задают ритм выполнения игрового задания.
- ▶ При занятии с мячом педагог должен работать только с половинным составом группы.
- ▶ Не оставлять без внимания тех детей, кто не смог выполнить задание, следует поработать с ними индивидуально, помочь развитию моторной памяти.
- ▶ При выполнении упражнений с мячом уделять внимание каждому ребенку.
- ▶ Отмечать любые успехи детей.
- ▶ Смену движений (заданий) в подгруппах производят после того, как все выполняют данное задание указанное количество раз.
- ▶ Избегать необоснованных длительных объяснений во время выполнения заданий, упражнений.



Методические рекомендации

- ▶ При выполнении броска мяча обязательно желательным образом обратить внимание детей на движение мяча, что он делает, а затем уже на действия детей с мячом.
- ▶ При перебрасывании мяча друг другу напоминать детям, что они должны быть внимательными при приеме мяча - тот, кто ловит, не стоит неподвижно на месте, а правильно рассчитывает полет и выполняет ловлю мяча.
- ▶ При ловле мяча, к груди его не прижимать.
- ▶ Очень важно научить ребенка регулировать силу отталкивания: отталкивать мяч не только с силой, но и с меньшими усилиями, не отводя его далеко от груди.
- ▶ При обучении броску мяча в корзину с места надо обратить внимание на то, чтобы дети бросали мяч, стоя в правильной стойке, прицеливались, сопровождали мяч взглядом.
- ▶ При катании или бросании мяча в парах, пары составить таким образом, чтобы один ребенок был уверенно выполняющий упражнение, а другой - еще плохо выполняющий задание.
- ▶ При метании мяча вдаль следует показать детям, как занять правильную исходную позицию (ноги поставить пошире, одна нога впереди, туловище при замахе наклонено вперед).
- ▶ В метании важно чередовать броски правой и левой рукой - это важно для гармоничного развития обеих рук и для профилактики нарушения осанки.
- ▶ При метании вдаль использовать ориентир (натянутую веревку, кубики).



Методическая литература

- ▶ Э. Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр»
- ▶ Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
- ▶ Е. Н. Вавилова «Учите бегать, прыгать, лазать, метать»
- ▶ Э. Й. Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду».



Спасибо за внимание