

Игры с мячом.

По асфальту я скачу,
Через двор в траву лечу.
От друзей меня не прячь,
Поиграй-ка с ними в... (мяч)

Кинешь в речку – не тонет,
Бьешь о стенку – не стонет,
Будешь оземь кидать –
Станет кверху летать.
(Мяч)

Лежу, забившись в уголок,
Пока сидишь ты с книгою.
Когда же кончится урок,
И я с тобою прыгаю.
Я разноцветен и упруг,
Хоть не живой, а все же друг!
Мяч

Для всестороннего развития дошкольников очень важно своевременно овладеть разнообразными движениями, в первую очередь основными их видами: бегом, ходьбой, прыжками, метанием, лазаньем.

Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них - это, прежде всего, двигаться, действовать. Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Действия с мячом занимают большое место в работе по физической культуре, используются всеми детьми в самостоятельных играх и упражнениях. Бросание и ловля, метание укрепляют мышцы плечевого пояса, туловища, мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера, меткости. Они требуют также хорошей координации движений. Игры с мячом развивают ловкость, ритмичность и точность движений.

« Озорной мячик»

Цель игры: упражнять ребенка в бросании мяча вдаль двумя руками от груди (снизу, сверху, из-за головы); выполнять действия с мячом по речевому сигналу взрослого; развивать умение ориентироваться в пространстве.

Для этой игры понадобятся:

- 1.Шнур, полоска пластыря или цветные кружочки;
2. Мяч среднего размера.

Содержание: дети с мячом в руках встают у обозначенного места (шнур, полоска пластыря, цветной кружочек) и выполняют действия в соответствии со стихотворным текстом, произносимым воспитателем:

Мы обнимем мячик нежно,
Приставляют мяч к груди.
Оттолкнем его небрежно.
Бросают мяч вдаль двумя руками от груди.
А теперь, догоним дружно:
Бегут за мячом.
Пожалеть его нам нужно!
Поднимают мяч и,
прижимая его к груди одной рукой,
другой гладят мяч
и возвращаются обратно.

« Вербочка»

Цель игры: учить ребенка бросать мяч двумя руками вперед-вверх способами снизу, от груди, сверху, из-за головы.

Для этой игры понадобятся:

1. При помощи «подручных средств» (например, стулья со спинкой) на высоте примерно 1 м от пола (при обучении броску сверху и из-за головы) или на уровне груди ребенка (при обучении броску снизу и от груди) натянуть веревку или резинку.
2. Мячи среднего диаметра: 12-15 см.

Содержание: на одной стороне комнаты на расстоянии 0,6-1,5 м (при обучении броску сверху и из-за головы) и на расстоянии 1-1,5 м (при обучении броску снизу и от груди) от натянутой веревки на цветных кружочках (у шнура, полоски пластыря) располагаются дети. В руках у каждого по мячу (мячи среднего диаметра 12-15 см). В соответствии со стихотворным текстом, произносимым воспитателем, они вместе выполняют упражнение.

Бросок сверху:
У вербочки (заборчика) стоим,
Дети с мячами в руках стоят на кружочках,
Мячик поднимаем.
Поднимают руки с мячом вверх.
Чтобы мячик ускакал,
Бросают мяч двумя руками сверху
Мы его бросаем!
через натянутую веревку.
Догоняем быстро, дружно.
Бегут за мячом.
Ведь поймать его нам нужно!
Догнав, поднимают, весело кричат:

«Поймали!»

Возвращаются обратно.

« Летящий мяч »

Цель игры: развивать у детей зрительно-двигательную координацию, общую и мелкую моторику, социальные навыки.

Для этой игры понадобятся: если вы находитесь в помещении, мяч можно взять мягкий диаметром 15–20 см, а на улицу – прыгучий.

Содержание: взрослый, произнося первые три строчки, бросает мяч одному из детей, после чего ребенок должен бросить мяч взрослому обратно.

Летит мой мяч, летит к тебе,

Смотри, не прозевай!

Держи его, лови его,

И снова мне бросай.

Более сложным вариантом является игра с воздушным шариком в одиночку или в группе. Ребенок подкидывает шарик или дети перебрасывают его друг другу руками, не давая упасть. Дистанция между детьми должна быть достаточная, чтобы они не задевали друг друга и не сталкивались при движении.

« Пронеси не урони »

Цель игры: учить ребенка производить действия с предметами по сигналу: брать, переносить их, бросать; ходить, сохраняя прямолинейное направление движения; развивать умение ориентироваться в пространстве комнаты (или другого помещения).

Для этой игры понадобятся:

1. Мячи разного цвета и разных размеров;

2. Корзина, бочка или коробка, в которой с легкостью умещались бы мячи.

Содержание: на одной стороне комнаты на цветных кружочках (это «домики») располагаются дети, в руках у каждого по мячу. На другой стороне комнаты стоит корзина. Воспитатель вместе с детьми производит действия, сопровождая их стихотворным текстом:

Мы с тобой идем, идем,

Дети с мячом в руках

проходят через комнату

Мячи разные несем:

Зеленый, желтый, красный, синий...

останавливаются около корзины.

Бросили мы все в корзину!

Кидают мячи в корзину.

Воспитатель предлагает посмотреть в корзину и задает детям вопрос: «Какие же мячи в корзине?» Дети называют цвет мячей. Взрослый хвалит их, например: «Правильно желтый и красный мячи в корзине. А теперь, давайте в домик побежим!» Убегают каждый в свой домик, где вместе со взрослым выполняют имитационные движения. Воспитатель спрашивает:

Покажи мне, как мы шли?
Ходьба на месте
Мячик как с тобой несли?
Ходьба на месте, руки имитируют несение мяча.
Покажи, как мячик клали?
Наклониться, руки вниз (как будто положили мяч).
Покажи мне, как бежали?
Бег на месте.

Воспитатель снова спрашивает детей: «А где же наши мячи?» Дети обязательно покажут на корзину. «Пойдемте достанем мячи из корзины», - предлагает взрослый. И они снова бегут к корзине, достают мячи, поднимают их над головой и возвращаются в свои «домики». После некоторой паузы игра повторяется.

Взрослому необходимо следить за тем, чтобы малыши выполняли действия по речевому сигналу (стихотворный текст). Для переноски можно использовать и более мелкие предметы: кубики, малые мячи или шарики, шишки и др.

« Детский боулинг»

Цель игры: развивать элементарные навыки попадания мячом в цель (энергично отталкивать мяч в заданном направлении), развивать зрительно-двигательную координацию, общую моторику.

Для этой игры понадобятся: веревка или лента; мячи средних размеров; 6-10 предметов, которые можно использовать в качестве кеглей для боулинга, например пустые упаковки из-под молока, пластиковые бутылки, перевернутые бумажные стаканчики и так далее.

Содержание: расположить кегли треугольником, как в настоящем боулинге. Отойти на несколько шагов и веревкой или лентой отметить линию. Пусть дети встанут за ней. Взять мяч и покажите, как нужно сбивать кегли. Дайте мячи малышам и попросите их сделать то же самое. Сопровождать игру следующими словами:

Посмотри, какие кегли
Ровно-ровно в ряд стоят!
К ним направим мяч умело
И они уже лежат!

Это прекрасная игра для отработки меткости и навыков катания. Малыши, присев на корточки (наклонившись, ноги чуть шире плеч), с обозначенного места прокатывают мячи двумя руками вперед, стараясь сбить кегли.

Следить, чтобы малыши энергично отталкивали мячи двумя руками, а не подбрасывали его вперед-вверх. Перед тем как оттолкнуть мяч, приучать детей смотреть на кегли. Отметить точки на полу, куда надо ставить кегли (мелом, кусочками пластыря, кружочком из цветной бумаги или картона), и позволить малышам по очереди самостоятельно установить сбитые кегли на место.

«Детский баскетбол».

Цель игры: развивать у малыша зрительно-двигательную координацию, общую моторику, социальные навыки.

Для этой игры понадобятся: легкий пластилиновый мяч диаметром 30 см.; корзина, бочка или коробка, в которой с легкостью умещался бы мяч.

Содержание: поставить корзину или любую другую емкость у стены. При помощи веревки или клейкой ленты отметить линию на расстоянии полуметра от корзины, где малыши должны стоять. Дать мячики и попросить бросить мяч в корзину.

Если малыш легко справляется с этой задачей, отвести его на шаг или два назад. В противном случае пусть подойдет поближе.