



ПРЕЗЕНТАЦИЯ

ФОРМИРОВАНИЕ У ДОШКОЛЬНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О НЕКОТОРЫХ ВИДАХ СПОРТА

Жданов А.В., к.п.н.,
Ст. преподаватель СПб АППО

В национальной доктрине образования в Российской Федерации в качестве одной из основных целей определено воспитание здорового образа жизни, развитие детского и юношеского спорта.



Одним из приоритетных направлений реализации стратегии дошкольного образования в современных условиях выступает сохранение и укрепление здоровья детей средствами развития в системе учреждений дошкольного образования физической культуры и спорта, активного внедрения здоровьесберегающих технологий, развития здоровьесберегающей среды.

* В соответствии с ФГОС образовательная область «Физическое развитие» включает следующие приоритетные направления организации жизнедеятельности детей:

- **овладение двигательной деятельностью**, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), **формирование начальных представлений о некоторых видах спорта**, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
- овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, становление ценностей здорового образа жизни.

В связи с этим в детском саду, начиная со старшего дошкольного возраста, необходимо формировать у дошкольников устойчивый интерес к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, а также к самостоятельной деятельности.



Обучая детей элементам спортивных игр, мы решаем следующие задачи:

- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- формирование у дошкольников устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной деятельности;
- обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями (баскетбол – забрасывание мяча в кольцо, футбол – отбивание мяча ногой и т.п.);
- обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
- воспитание положительных морально-волевых качеств в спортивных играх;
- формирование привычки к здоровому образу жизни.



В образовательной области «Физическое развитие» программы «Детство» предусмотрено выполнение детьми различных спортивных игр и упражнений, согласно возрасту. Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта происходит в процессе активной деятельности детей, при столь же активной направляющей работе взрослых. При формировании у дошкольников начальных представлений о некоторых видах спорта педагогу необходимо особое внимание обращать на развитие когнитивных, исполнительских, эмоционально-эстетических, проектно-конструктивных параметров двигательной деятельности детей.

младшая группа

Спортивные упражнения:

1. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, с поворотами, по кругу.
2. Ходить на лыжах ступающим шагом.
3. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.
4. Катать на санках кукол, друг друга, катание с невысоких горок.
5. Купание: Входить и погружаться в воду, играть в воде.



Средняя группа

Спортивные упражнения:

1. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо, налево.
2. Ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты направо, налево переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полуелочкой. Проходить на лыжах до 500м. Участвовать в играх на лыжах «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».
3. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.
4. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.
5. Плавание: Выполнять движения ногами вверх и вниз, сидя в воде. Ходить по дну на руках вперед и назад. Погружаться, приседая в воду до подбородка, до глаз. Опускать в воду лицо, дуть на воду, погружаться в нее с головой. Пытаться плавать произвольным способом.



Старшая группа

Спортивные упражнения:

1. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты на спуске.
2. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.
3. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1 – 2 км. Участвовать в играх: «Кто первый повернется?», «Слалом», «Подними», «Догонялки».
4. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево, направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.
5. Плавание: Двигать ногами вверх-вниз, сидя в воде на мелком месте и лежа, опираясь руками. Выполнять разнообразные движения руками в воде. Скользить на груди и на спине, выполнять выдох в воду. Плавать произвольным способом.

Элементы спортивных игр:

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

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

Бадминтон: Отбивать волан ракеткой, направлять его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

Футбол: 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.

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

Волейбол: Обучать элементам «Школы мяча». Перебрасывать мяч друг другу двумя руками снизу, от груди. Перебрасывать мяч через шнур, сетку вдаль из-за головы. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди через сетку.



Подготовительная группа

Спортивные упражнения:

1. Катание на санках: Поднимать во время спуска с горки заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот. Участвовать в играх – эстафетах с санками.
2. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.
3. Ходить скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2 - 3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой сойке, тормозить. Участвовать в играх: «Шире шаг», «Кто самый быстрый», «Встречная эстафета», «Не задень».
4. Ездить на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.
5. Плавание: Выполнять вдох, затем выдох в воду, погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде, скользить на груди и спине, двигать ногами вверх-вниз. Передвигаться по дну на руках. Плавать с надувной игрушкой или кругом в руках. Разучивать движения руками. Пытаться плавать без поддержки. Выполнять разнообразные упражнения в воде. Плавать произвольно 10-15 м.



Элементы спортивных игр:

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

Баскетбол: Передавать мяч друг другу двумя руками от груди, одной рукой от плеча. Перебрасывать мячи 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 от груди. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу. Усвоить основные правила игры.

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



Хоккей (без коньков – на снегу, на траве): 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 ней с места и после ведения.

Бадминтон: Правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке во время игры.

Элементы настольного тенниса: Правильно держать ракетку. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену. Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

Волейбол: Продолжать осваивать элементы «Школы мяча», усложняя задания. Выполнять передачи мяча в парах, тройках двумя руками от груди, из-за головы. Перебрасывать мяч через сетку в парах и вдаль (как можно выше и сильнее). Передавать мяч через сетку в колоннах с переходом в конец своей и противоположной колонны. Играть в игры «У кого меньше мячей», «Пионербол», «Мяч через сетку», «Три на три», «Лапта волейболистов», «10 передач». Знакомить с правилами игры в волейбол по упрощенным правилам, обучать игре.



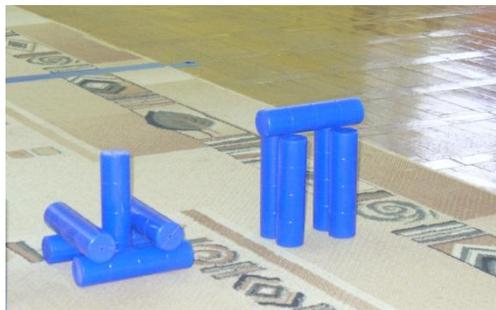
Знакомить и осваивать элементы спортивных игр рекомендуется со старшего дошкольного возраста, так как спортивные игры:

- это игры команд, соревнующихся между собой, следовательно, дети должны обладать «чувством команды»;
- это игры, требующие подчинение правилам, довольно жестким и не всегда подчиняющимся желаниям играющих;
- каждая спортивная игра требует конкретной техники.

Обучение детей элементам спортивных игр должно иметь целью достижения благоприятного физического развития и разносторонней двигательной подготовленности детей, а также ознакомление детей со спортивными играми в доступной форме. Основное внимание должно быть направлено не на специальную подготовку, а на создание общих предпосылок успешного обучения спортивным играм в школе.



Спортивное оборудование и инвентарь



В детском саду обучение детей спортивным упражнениям и элементам спортивных игр в основном проводится на занятиях по физической культуре в спортивном зале и на воздухе. Основной целью занятий спортивными играми и упражнениями является ознакомление детей со спортивными играми и упражнениями, закладывание азов правильной технике.



Обучение спортивным играм и упражнениям протекает более успешно при реализации всех общедидактических принципов

1. Доступность учебного материала.
2. Учет возрастных особенностей.
3. Использование подводящих упражнений.
4. Индивидуальный подход.
5. Учет уровня физической подготовленности.
6. Обеспечение сознательного освоения действий.



Также необходимо учитывать сезонные и погодные условия.

В теплое время года отдаем предпочтение таким спортивным упражнениям как:

- игры с мячом (баскетбол, волейбол, футбол);
- бег (умеренный, быстрый, на выносливость);
- игры в кегли, городки;
- настольный теннис, бадминтон;
- купание, плавание;
- езда на велосипеде, самокате.



Зимой – это:

- катание на санках;
- развлечения со снежками;
- скольжение по ледяным дорожкам;
- ходьба на лыжах;
- хоккей



Педагогические требования, которым следует отвечать во время проведения спортивных игр и упражнений

1. Они не должны включать малейшую возможность риска, угрозы здоровью детей. Однако нельзя и исключать из игры трудные правила, выполнять которые нелегко.
2. Необходимо следить за качеством и пригодностью инвентаря (лыжи, клюшки, велосипеды и т.д.). Инвентарь и оборудование должны быть безопасны, удобны для детей и гигиеничны.
3. Игра не должна быть излишне азартной, унижать достоинство играющих. Иногда дети придумывают обидные оценки за поражение.
4. Ребята должны понимать смысл и содержание игры, ее правила.
5. Начинать нужно с более простых, подготавливающих к основной игре игр, постепенно переходя к более сложным.
6. Конец игры должен быть результативным – победа, поражение, ничья. В любом случае – завершение яркое, эмоциональное, содержащее анализ.
7. Нарушения, невыполнение правил учитываются системой штрафных очков, баллов или оценкой

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

Вторым этапом является накопление опыта общения с предметами: ракеткой, мячом, городками и т.д. Для этого в спортивных уголках групп размещаем данное оборудование и даем возможность самостоятельно манипулировать этими предметами.

Третий этап – обучение спортивным упражнениям и элементам спортивных игр



Утром нецелесообразно использовать спортивные игры, упражнения, вызывающие сильное эмоциональное возбуждение или требующие больших затрат физической энергии. Это будет истощать детей, снизит их возможности в овладении знаниями, навыками и умениями на занятиях. На дневной прогулке можно использовать спортивные игры и упражнения с максимальной физиологической и эмоциональной нагрузкой. В эти отрезки режима дня изучаются основы техники видов спорта, которые будут ведущими в следующем и текущем «сезонах». На дневной прогулке спортивным играм и упражнениям следует уделять больше внимания, чем во все остальные периоды дня



Так как дошкольники не способны регулировать величину физических нагрузок, не умеют самостоятельно осваивать физические упражнения, предусмотренные программой, им нужна помощь инструктора и воспитателя. Поэтому педагог обязательно должен знать технику выполнения упражнений и элементов спортивных игр. Собственный пример педагога, физическая подтянутость, бодрость, оптимистический настрой, искреннее стремление привить ребятам любовь к физической культуре благотворно влияют на них. С детьми 4-5 лет инструктор – неременный участник спортивных мероприятий, особенно если упражнения не знакомы детям. Проводя спортивные упражнения с техническими усложнениями (например, отработка техники ходьбы на лыжах, езда на двухколесном велосипеде, плавание) инструктор должен все время принимать участие в них.

