

«Подвижные игры с мячом на прогулке»

Подвижные игры – источник радостных эмоций, одно из лучших средств научить ребенка общаться с взрослыми и другими детьми. Проведение подвижных игр и упражнений на прогулке повышает двигательную активность детей, способствует улучшению здоровья. Стремиться нужно к тому, чтобы все дети принимали в них участие. Подготовка к проведению подвижных игр несложна. Выходя на прогулку, дети выносят нужный инвентарь: мячи, кубики, скакалки, обручи и т.д. В холодный период года подвижные игры и упражнения лучше проводить в конце прогулки, с тем, чтобы после игр разгоряченные дети сразу уходили в помещение. При большой активности детей в игре можно несколько удлинить перерывы между повторениями, обсудив в это время действия детей и допущенные ими ошибки. В сырую и ветреную погоду нужно увеличить активность детей, выбрав для игры большую по размерам площадку, сокращая время между повторениями.

Радостная и непринужденная обстановка во время проведения подвижных игр на прогулке должна создаваться подбором интересного сюжета игры и использованием методических приемов руководства двигательной активностью. Как и в организованных, так и в самостоятельных играх необходимо своевременное переключение дошкольников с одного вида занятий на другой при рациональном сочетании их по степени подвижности. Поэтому очень важно, чтобы двигательная активность детей на прогулке регулировалась воспитателем, и каждый ребенок находился в поле его зрения.

В процессе ежедневного проведения на прогулке подвижных игр и физических упражнений расширяется двигательный опыт детей, совершенствуются имеющиеся у них навыки в основных движениях; развиваются ловкость, выносливость; формируются самостоятельность, активность, положительные взаимоотношения со сверстниками.

Предлагаю рекомендации по организации подвижных игр с младшими дошкольниками.

Во все последующие игры можно играть любыми мячами. Конечно, в такую

вот



игру, как например «А мы — пингвинчики, а нам не холодно!», вы не будете играть теннисным мячом, а футбольный или баскетбольный подойдут

вполне. Некоторые игры потребуют и наличие других предметов, кроме мяча, либо несколько мячей одного вида, или, напротив, разного рода мячей одновременно. Исходя из имеющегося у вас «арсенала» и количества игроков, останется только выбрать ту игру, в которую будете играть.

ИГРЫ В КРУГУ

Один в круге



На открытой площадке при минимальном количестве игроков (5 участников) можно играть в венгерскую игру «Один в кругу». Ее достоинство в том, что она развивает ловкость,

тактические навыки координацию. Сама игра очень похожа на знакомые с детства «собачки»: водящий становится в центре, а другие игроки перебрасываются мячом так, чтобы водящий не перехватил его. В случае если ему удастся поймать мяч, то он бросает его в любого из игроков. Если он попадает в кого-либо, то осаленный становится на его место, а если нет, то остается в круге.

Горячая картошка



Очень веселая и увлекательная игра, развивающая скорость. Чем больше ее участников, тем лучше. Все игроки встают в круг, в центре круга — водящий. Он с криком «Горячая картошка!» бросает мяч одному из игроков и закрывает глаза.

Игроки должны очень быстро перебрасывать «горячую картошку», чтобы не «обжечься». Спустя некоторое время водящий кричит: «Обед!» Тот участник, в чьих руках оказался мяч, выходит из игры. Игра ведется до тех пор, пока не останется один игрок, который и становится водящим в новой игре.

Чудовище

На снежной площадке нарисуйте или слепите голову чудовища с открытой пастью. В пасти должно быть углубление, чтобы в него мог поместиться небольшой мяч. На расстоянии нескольких метров от чудовища нарисуйте черту. Каждый участник должен постараться забросить мяч прямо в пасть этого снежного монстра. В этой игре побеждает самый меткий участник.

Когда все дети справятся с заданием, расстояние до чудовища можно увеличить.



КОМАНДНЫЕ ИГРЫ

"Котел" или "Мяч из круга"

На утрамбованной площадке чертится большой круг диаметром 5–10 м. В центре круга – еще один диаметром 1 м. Этот маленький круг называется "Котел".

Чертятся 2–3 круга по количеству команд.

В центре круга – игрок противоположной команды. За кругом игроки одной команды. Все с клюшками.

Задача: команда забивает мяч в "котел".

Водящий: старается не пропустить мяч в "котел".

Игра идет на время.

Выигрывает та команда, которая забьет больше голов.



Мячом по булаве



Команды выстраиваются в колонну и поочередно бросают мяч клюшкой, стараясь сбить булаву, расположенную на расстоянии 8–10 метров от линии.

Для игры иметь несколько комплектов мячей или булав, быстро передавать следующему игроку. При наличии инвентаря задание могут выполнять все игроки сразу, постепенно меняясь с теми, кто подает инвентарь.



А мы — пингвинчики, а нам не холодно!



Участники делятся на две команды и выстраиваются в колонны на старте. Игроки обеих команд, которые стоят первыми, держат в руках мяч. По сигналу ведущего они помещают мяч между ног и направляются к финишу со словами; «А мы — пингвинчики, а нам не холодно, а мы на севере живем!». Дойдя до финишной черты, игроки перебрасывают мяч своей команде.

Та команда, чей игрок пришел первым, получает очко.

После этого ведущий дает сигнал следующим игрокам, и так далее.

Команда, чей игрок забывает приговаривать по пути, штрафуются на одно очко. В конце игры очки подсчитываются и объявляется победитель.

Также можно проводить различные эстафеты, используя постройки из снега.



Футбол в снегу



Детом детвора часто играет во дворе в футбол, но не стоит отказываться от него зимой, ведь дети так любят возиться в снегу. Предложите им сыграть в особенный зимний футбол. Желательно, чтобы снег на площадке был достаточно рыхлый, это сделает игру еще интереснее. Если бегать по сугробам трудно, можно играть в гандбол, то есть руками.



Мыльные пузыри

Эта забава удивит любого ребенка. Дело в том, что мыльные пузыри на холоде ведут себя совсем иначе, чем при теплой погоде. При минусовой температуре они замерзают и превращаются в стеклянные шарики. Такие шарики легко бьются. Когда температура плюсовая, от 0 до 5 градусов, пузыри становятся очень эластичными и упругими. В любом случае, зимой пузыри гораздо дольше сохраняют целостность, и лопаются иначе.

Ребенку наверняка понравится создавать такие пузырьки и наблюдать за процессом их короткого, но яркого существования.

