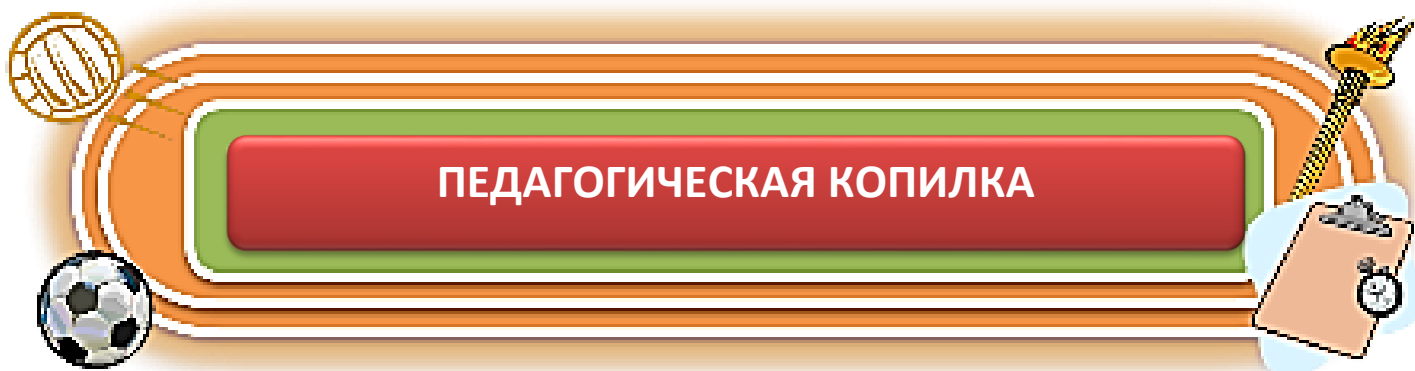


Автор-составитель:
инструктор по физической культуре
МАДОУ д/с № 13 «Сказка»
г. Краснокаменск
Ермолаева В.В.



КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ

«ПИОНЕРБОЛ в дошкольном возрасте»

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают различные действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста. Основная задача - научить всех детей владеть мячом на достаточно высоком уровне.

Игры с мячом пользуются у детей наибольшей популярностью, и это неудивительно. Мяч (большой или маленький) - это снаряд, который требует проворных рук и повышенного внимания.

Сюжеты упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, можно ловить, мячом можно пятнать, выбивать. Для детей мяч - это круглый, легкий, упругий, привлекательный снаряд. Он нередко символизирует приобщение к спортивным играм: волейболу, баскетболу, футболу. Если еще одна очень интересная спортивная командная игра с мячом - пионербол. Пионербол - это упрощенный вариант волейбола, главное отличие которого заключается в том, что при игре в пионербол мяч можно ловить.

Поскольку игра пионербол командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метания, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре.

Занятия пионерболом способствуют формированию здорового, жизнерадостного, физически развитого ребенка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

Обучение игры в пионербол включает в себя следующие разделы:

1. *Знакомство с историей игры пионербол.*

Используя различные методы (игровой, слуховой, игровой) восприятия, повысить интерес и мотивацию к занятиям, повысить начальные теоретические знания образовательной области «Физическая культура»

2. *Обучение технико-тактическим приёмам.*



Теоретическое и практическое изучение техники игры позволяет решать поставленные задачи, освоить не только правила игры, но и индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

3. Развитие и совершенствование основных видов движений.

В содержание данного раздела входят: строевые упражнения, упражнения для различных групп мышц, акробатические упражнения, подготовительные и специальные упражнения для развития прыгучести, быстроты, ориентации в пространстве, координации; элементы лёгкой атлетики, спортивных и подвижных игр, которые направлены на совершенствование физической подготовки детей.

3. Основные правила техники безопасности.

На протяжении всего обучения дети знакомятся и используют основные правила техники безопасности.

5. Подвижные и спортивные игры.

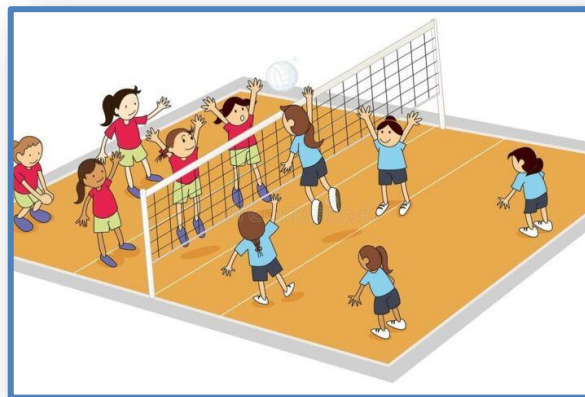
Данный раздел направлен на развитие физических качеств занимающихся, для дальнейшего закрепления технических приёмов и тактических действий, избежание однообразия и монотонности содержания занятий, повышение интереса к учебному процессу.

6. Мониторинг физического развития.

С помощью контрольных тестовых упражнений выявляется начальный и конечный результаты учебной программы, результаты которых позволяют оценить не только количественные показатели, но и качественные характеристики выполняемых действий. Итоговый контроль служит основным показателем качества деятельности детей и педагога.

Правила игры в пионербол для дошкольников

- Игра проводится на площадке размером 4x8 через сетку.
- Игроки делятся на две равные команды, от 3 до 8 человек в каждой (оптимально 5-6 игроков на команду), и занимают места на площадке по разные стороны сетки (четко соблюдая свое местоположение)
- Игроки каждой команды равномерно распределяются на своей половине.
- Жребием определяется, какой из команд достается мяч.
- Подающий игрок команды (находится в дальнем правом углу площадки) берет мяч и бросает его на половину команды соперника.
- Все броски в игре проводятся над сеткой.
- Задача игроков команды соперника - поймать мяч и не дать ему упасть на землю. Игрок, поймавший мяч, бросает его на половину другой команды или делает пас своему партнеру по команде.
- Разрешается делать не более трех пасов за один розыгрыш мяча. Правила игры можно менять, предварительно договорившись об этом перед началом игры. Можно, например, отменить пасы вообще, сократить их количество до одного или увеличить до пяти и т.д.
- Игрок, владеющий мячом, может делать по площадке не более трех шагов.
- Игрок с мячом не имеет права подбрасывать мяч и сам же его ловить. Обязательным является пас партнеру или подача на половину соперника.
- После каждой выигранной подачи (заработанного командой очка) игроки этой команды меняются местами, перемещаясь по площадке по часовой стрелке. В том числе меняется и подающий игрок команды.
- Каждая партия в пионербол идет до 25 очков (укороченная партия - тай-брейк до 15 очков) набранных одной из команд.
- Матч в пионербол ведется до одной, двух или трех побед одной из команд в партиях.
- Результат игры всегда определяется в сторону одной из команд.



➤ После каждой выигранной партии команды меняются сторонами, право первой подачи переходит к противоположной команде.

Правила начисления очков:

➤ Команде начисляются очки, если мяч коснулся площадки на половине соперника. Причем, неважно не смогли соперники поймать мяч после подачи или уронили его при перепасовке.

➤ Если мяч после подачи соперника попал за пределы площадки, не коснувшись игроков принимающей команды. В противном случае очко зарабатывает соперник.

➤ Если после подачи соперника мяч пролетел под сеткой или попал в сетку и остался на половине соперника. В случае если мяч коснулся сетки, но перелетел на сторону принимающей команды, по предварительной договоренности между командами могут быть такие варианты: повтор подачи, переход подачи или начисление выигрышного очка принимающей команде.

➤ Если команда сделала больше разрешенного правилами количества пасов, то очко начисляется команде соперников.

➤ Если игрок, владеющий мячом, сделал более трех шагов по площадке, очко также начисляется соперникам.

Терминология, которую должны усвоить дети

Пас — это передача мяча партнеру по команде. Разрешается делать не более трёх пасов за один розыгрыш мяча.

Аут - мяч брошенный игроком одной команды и ушедший за пределы площадки, засчитывается в пользу противоположной команды.

Переход - игроки обязательно меняются зонами после выигранного у подающей команды очка. Переход осуществляется по часовой стрелке. Игрок шестой зоны переходит в пятую, пятый в четвертую и т.д. Игрок из первой зоны переходит в последнюю. Игрок перешедший из второй зоны в первую осуществляет подачу и вводит мяч в игру.

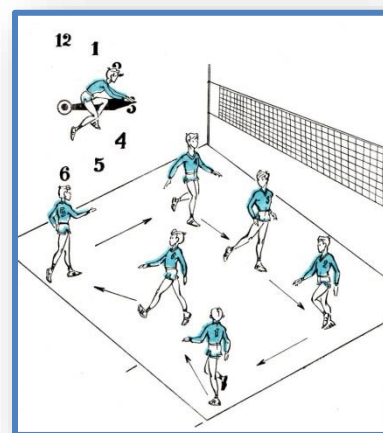
Подача осуществляется по свистку судьи и готовности команды противника. Выполняет подачу игрок, который в результате последнего перехода перемещается из второй в первую зону. Подача производится из зоны подачи за задней линией игровой площадки одной или двумя руками. В полёте мяч может коснуться сетки.

Атака - игрок, владеющий мячом, может делать по площадке не более трех шагов. После чего он обязан передать мяч партнеру по команде или выполнить бросок на половину противника. Разрешается сделать один пас за один розыгрыш мяча.

Партия – это часть матча или игры, которая ведётся до того момента, когда одна из команд набирает 10, 15 или 25 очков. Причем перевес команды победителя над соперником должен быть не менее двух очков. Если разница в счете меньше, то партия продолжается до тех пор, пока одна из команд не добьется разницы в два очка.

Судейские жесты

№ п/п	Описание жеста	Значение
1.	Взмах руки в сторону	Подает команда, на которую указал судья
2.	Скрещение рук над головой	Игра окончена
3.	Прямая рука опущена вниз - в сторону	Мяч упал в пределах площадки
4.	Согнутые руки подняты вверх ладонями к лицу	Мяч упал за пределы площадки (аут)
5.	Круговое движение предплечьем одной руки по часовой стрелке	Переход игроков по зонам
6.	Движение согнутыми руками навстречу	Смена сторон площадки



Подводящие упражнения к игре пионербол с мячом и без мяча

Подводящие упражнения к игре пионербол без мяча

Основные двигательные действия без мяча, применяемы при игре в пионербол – это игровая стойка, различные перемещения и остановки.

Все двигательные действия без мяча и с мячом выполняются при определенном положении тела, обеспечивающем их высокую эффективность. Поэтому в первую очередь необходимо обучить детей принимать игровую стойку.

Правила ее выполнения:

1. Ноги полусогнуты, расположены на ширине плеч, одна нога на полшага вперед (упругое положение ног).
2. Туловище держится прямо и слегка наклонено вперед.
3. Руки полусогнуты, свободны и опущены вниз.
4. Взгляд направлен вперед, а не под ноги.

Все перемещения (ходьба, бег, бег приставными шагами, бег спиной вперед) выполняются из игровой стойки. Главное правило для всех способов перемещения – отталкиваться ногами как упругими пружинками.

Остановка прыжком включает в себя подсед во время перемещения на обе ноги, при остановке шагом – на сзади стоящей ноге без смены опоры.

Подводящие упражнения к игре пионербол с мячом

Действия с мячом, необходимые для игры в пионербол: держание мяча, прием, передача, подача мяча.

Базовым упражнением для усвоения элементов игры является ловля и передача мяча двумя руками.

В первую очередь необходимо обратить внимание детей на работу ног и обучить правилам держания мяча:

1. Мяч на уровне пояса или груди (в зависимости от способа передачи).
2. Руки согнуты, локти направлены вниз-в сторону.
3. Кисти рук расположены сбоку мяча.
4. Большие пальцы смотрят друг на друга, остальные – широко расставлены.
5. Ладони не касаются мяча.

Общими для всех способов приема мяча являются три правила:

1. Вынос рук навстречу летящему мячу.
2. Прием мяча осуществляется пальцами.
3. Смягчающее движение (одновременное сгибание рук и ног).

Для обучения правильному держанию и приему мяча детей дошкольного возраста, применяется методический прием «волшебные перчатки» (держать мяч и ловить его можно только пальцами рук, словно на них надеты перчатки).

Правила выполнения передачи мяча двумя руками снизу (от груди):

1. Ноги в упругом положении – игровая стойка с мячом.
2. Руки с мячом на уровне пояса (груди) и слегка согнуты в локтях.
3. Разгибая сзади стоящую ногу, перенести вес тела на другую.
4. Бросить мяч вперед-вверх двумя руками, следя за его полетом.

При выполнении передач мяча любым способом для закрепления осознанного движения – одновременной работы рук и ног – используется методический прием «ноги-пружинки» (когда мяч находится в руках, «пружинка» сжимается – сгибание ног, а когда разжимается – выпрямление ног, словно выталкивает вверх, помогая рукам бросить мяч).

Наиболее сложным элементом игры в пионербол является подача мяча.

Правила ее выполнения:

1. Встать в игровой стойке лицом к сетке.
2. Держать мяч согнутыми руками перед грудью.



3. Выполнить замах: отвести мяч к плечу, удерживая его на ладони бросающей руки, придерживая другой; повернуть туловище в сторону бросающей руки; перенести вес туловища на сзади стоящую ногу.

4. Переноса вес тела на впереди стоящую ногу развернуть туловище направлении полета мяча.

5. Выполнить бросок мяча вдаль-вверх с одновременным выпрямлением бросающей мяч руки.

Закрепление всех двигательных действий с мячом и без мяча осуществляется в подвижных играх и при выполнении игровых упражнений в непосредственно образовательной и самостоятельной деятельности.

Различные способы распределение игроков на команды

При организации тренировочной игры в пионербол или подвижных игр с мячом также важным моментом является распределение игроков на команды. Оно может осуществляться разными способами. Ниже приведены несколько из них (из опыта работы), но педагог может придумать свой вариант.

➤ **По расчету**

Производится расчет на первый – второй, соответственно игроки № 1 оказываются в одной команде, № 2 – в другой.

➤ **По распределению**

Взрослый делит детей на команды по своему усмотрению. (Данный способ распределения игроков используется на начальном этапе обучения игре с целью уравнивания сил в командах.)

➤ **По жребию**

В мешочке лежат картонные кружки двух цветов красный и синий. Дети не глядя достают из него 1 кружок, и распределяются в команды в соответствии с цветом кружка.

➤ **По цвету**

Дети делятся на две команды в соответствии с цветом своей футболки.

➤ **По выбору капитана**

1 вариант: Назначаются два капитана, которые выбирают себе команду на свое усмотрение.

2 вариант: Деление проводится в виде игры. Все игроки делятся на пары, кроме капитанов. Каждый игрок в паре зашифровывает свое имя названием фрукта, овоща, птицы, игрушки и т.д. (например, 1 пара – апельсин и мандарин, 2 пара – мотоцикл и машина и т.п.), затем предлагают капитану сделать выбор, задавая вопрос: «Что ты выбираешь – апельсин или мандарин?» После сделанного выбора игрок, зашифрованный под тем названием, который выбран этим капитаном, становится членом его команды, соответственно другой игрок переходит в другую команду.

➤ **По желанию детей:** Дети самостоятельно делятся на две команды. (Данный способ чаще используется на этапе совершенствования игры.)

После того как дети овладеют основными двигательными умениями и навыками, необходимыми для игры в пионербол, организуются соревнования, турниры между командами по предусмотренным правилам и с судейством.



Подвижные игры и игровые упражнения с мячом, включающие элементы игры «пионербол»

Приучать детей к пониманию судейских сигналов, с целью развития зрительного и слухового восприятия детей, следует в игровой форме. Этому содействуют подвижные игры с элементами пионербола, сопровождение которых ведет судья (инструктор по физической культуре, воспитатель) с помощью жестовой системы.

Мяч соседу (чувакская народная игра)

С помощью считалки выбирается ловишка. Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга. У одного игрока в руках мяч. Ловишка находится за пределами круга. По свистку

судьи дети начинают передавать мяч друг другу в любом направлении. Ловишка пытается дотронуться рукой мяча, не входя в круг. В чьих руках ловишка коснулся мяча или кто-то из игроков теряет мяч, тот сам становится ловишкой. Бросать и передавать мяч через игрока нельзя.

После окончания игры раздается свисток. Судья показывает жест – скрещение рук над головой – означающий окончание игры.

Гонка мячей по кругу

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга. У игроков, оказавшихся в круге напротив друг друга, мячи разного цвета (размера или веса). По свистку судьи все начинают передавать мячи друг другу, стараясь догнать другой мяч. После окончания игры раздается свисток. Судья показывает жест (скрещение рук над головой), означающий окончание игры.

В эту игру рекомендуется вносить сюжет, например, «Лиса и заяц» («лиса» – баскетбольный мяч гонится за «зайцем» – волейбольным мячом).

Мяч над головой

Дети делятся на команды и выстраиваются в колонны по одному. Дистанция между игроками 0,5 м. По свистку первый игрок, который стоит впереди колонны, прогибаясь передает мяч назад над головой второму игроку из рук в руки, второй – третьему и т.д. Последний игрок берет мяч в руки и перебегает вперед, становясь впереди колонны, и снова передает мяч назад. Так передачи мяча и перебежки последних игроков в колоннах продолжаются до тех пор, пока каждый игрок команды не окажется на своем месте как в начале игры. Победителя определяют по жесту судьи – взмах руки в сторону выигравшей команды, которая первой закончила выполнять задание.

У этой игры есть много разновидностей, например, «Мяч под ногами» (игроки в колоннах передают мяч из рук в руки или прокатывают по полу под ногами), «Мяч сбоку» (выполнять передачи мяча справа назад, а затем слева вперед без перебежек игроков с места на место), «Мяч сверху-снизу» (первый игрок в колоннах передает мяч над головой, второй – под ногами, третий – над головой, четвертый – под ногами и т.д., последний игрок перебегает вперед, становясь впереди колонны, и снова передает мяч).

Пятерки

Дети становятся в рассыпную и выполняют разные задания с мячом:

- 1) подбросить мяч вверх и поймать его – 5 раз;
- 2) тоже после одного хлопка – 4 раза;
- 3) тоже после двух хлопков – 3 раза;
- 4) тоже после хлопка и отскока мяча от пола – 2 раза;
- 5) тоже после хлопка за спиной – 1 раз.

Каждый игрок, выполнивший задание первым, получает 1 балл. В конце игры подводятся итоги подсчетом общего количества баллов. Жест – взмах руки в сторону игрока – указывает на победителя.

Десятки

Другой вариант игры «Пятерки». В этой игре выполнение первого задания начинается с 10 раз, второго – с 9 раз и т.д. Для последних заданий можно придумать более сложные варианты действий с мячом. Например:

- 1) подбросить мяч вверх и поймать его после поворота кругом на 360° и отскока мяча от пола;
- 2) тоже после поворота кругом на 360°;
- 3) ударить мяч об пол так, чтобы он высоко подпрыгнул, повернуться кругом и поймать его;
- 4) подбросить мяч вверх и поймать его после хлопка спереди и за спиной;
- 5) приподняв правую ногу вперед, бросить мяч правой рукой об пол так, чтобы он пролетел под правой



ногой, поймать мяч (тоже под левой ногой).

Эти же задания можно выполнять у стены или в парах. В конце игры подводятся итоги подсчетом общего количества баллов.

10 передач

Дети становятся тройками на расстоянии 2 м друг от друга. У каждой тройки по мячу. По свистку они передают мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить мяч. После выполнения 10 передач мяча последний игрок поднимает мяч вверх в знак окончания игры. Игра останавливается свистком. Победителя определяют по жесту судьи – взмах руки в сторону выигравшей тройки.

Съедобное - несъедобное

Дети встают в круг. У одного игрока в руках мяч. Назвав какой-нибудь предмет, он одновременно бросает мяч любому из игроков. Если был назван съедобный предмет, то мяч должен быть пойман, если несъедобный, то его ловить нельзя. Если игрок ошибается (ловит мяч, названный несъедобным), то раздается свисток и судья показывает жест – согнутые руки подняты вверх ладонями к лицу. Этот игрок выбывает из игры. Если не ошибается, то сам становится ведущим. Для этого судья показывает жест, обозначающий переход игроков – круговое движение предплечьем одной руки по часовой стрелке. Побеждает последний, не выбывший из игры.

У кого меньше мячей

Две команды располагаются на ограниченной площадке в две шеренги лицом друг к другу, параллельно линии, расположенной в центре между ними. У каждого игрока в руках мяч. По свистку дети постоянно перебрасывают все мячи на противоположную сторону площадки, так чтобы на своей половине не оставалось мячей. Перемещаться игрокам можно только на своей стороне, переходить через центральную линию на сторону соперников запрещается.

По свистку игра останавливается, судья считает количество мячей на каждой стороне площадки. Победителя определяют по жесту судьи – взмах руки в сторону выигравшей команды, на чьей стороне оказалось меньше мячей.

Передал - садись

Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает капитана. Команды становятся в колонны за линией старта. Капитан каждой команды с мячом в руках становится напротив своей команды на расстоянии 2-3 м от нее. По свистку судьи капитан передает мяч первому игроку колонны, который ловит его, передает капитану и приседает. Капитан таким же образом передает мяч второму, затем третьему и всем остальным игрокам. Каждый игрок после передачи мяча капитану приседает. Если игрок не поймал мяч, он должен сбегать за ним, вернуться на свое место и передать мяч капитану.

Выигрывает команда, которая раньше выполнила задание. Игра останавливается свистком. Победитель определяется по жесту судьи – взмах руки в сторону выигравшей команды.

Кого назвали, тот и ловит

Дети становятся в круг, в центре которого стоит ребенок с мячом. Он бросает мяч вверх и вызывает по имени того, кому предназначается мяч. Тот должен поймать мяч, не уронив его. После этого поймавший мяч становится в центр круга. В случае если ребенок не смог поймать мяч, раздается свисток и судья показывает жест – согнутые руки подняты вверх ладонями к лицу. Этот игрок остается на своем месте в кругу. Выигрывает тот, кто ни разу не уронил мяч или, если таковых нет, тот, кто уронил его наименьшее количество раз. Игра останавливается свистком.

Горячий мяч

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга. По свистку они выполняют быстрые передачи мяча друг другу (кроме соседних игроков) любым способом. Если игрок долго держит мяч (по усмотрению судьи), то он выбывает из игры (раздается свисток и судья показывает жест – согнутые руки подняты вверх ладонями к лицу). Игра длится до тех пор, пока не останется один ловкий игрок, который определяется жестом судьи – взмах руки в сторону победителя. Окончание игры сопровождается



продолжительным свистком и жестом судьи – скрещение рук над головой – означающим окончание игры.

Мяч через сетку

1 вариант. Дети становятся парами напротив друг друга и по свистку выполняют передачи через сетку (веревку) разными способами, стараясь не уронить мяч.

2 вариант. Дети делятся на две команды. Каждая команда, разделившись пополам, становится в колонну напротив друг друга через сетку. По свистку игроки выполняют передачи, стараясь не уронить мяч. Каждый игрок, выполнивший передачу, уходит назад в свою колонну.

Побеждает пара (команда), выполнившая наибольшее количество передач мяча без падения его на землю. После окончания игры раздается свисток, и показывается жест (скрещение рук над головой), означающий окончание игры.

«Мяч капитану»

Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает капитана. Команды становятся в колонны за линией старта. Капитан каждой команды с мячом в руках становится напротив своей команды на расстоянии 2-3 м от нее. По свистку судьи капитан передает мяч первому игроку колонны, который ловит его, передает капитану и приседает. Капитан таким же образом передает мяч второму, затем третьему и всем остальным игрокам. Каждый игрок после передачи мяча капитану приседает.

Выигрывает команда, которая раньше выполнила задание. Если игрок не поймал мяч, он должен сбегать за ним, вернуться на свое место и передать мяч капитану. Игра останавливается свистком. Команда-победитель определяется по жесту - взмах руки в сторону выигравшей тройки.

«Мяч через сетку»

Дети становятся парами напротив друг друга и по свистку выполняют передачи через сетку (веревку) разными способами, стараясь не уронить мяч. Побеждает пара, выполнившая наибольшее количество передач мяча без падения его на землю. В финале раздается свисток и показывается жест, означающий окончание игры.



«Попробуй, отними!»

Дети располагаются по кругу на расстояние вытянутых рук. Выбирают водящего, который выходит в середину круга. Стоящие игроки в кругу начинают перебрасывать между собой мяч. Выполнять передачу соседним игрокам запрещается. Водящий старается перехватить мяч, находящийся в воздухе или хотя бы дотронуться до мяча рукой. Если водящему удалось это сделать, на его место идет тот игрок, который последним бросил мяч, а водящий становится в круг (раздается свисток, и судья показывает жест - переход игроков). Победителями становятся те игроки, которые ни разу не оказались на месте водящего.

«Займи свободный кружок»

На полу в разных местах чертятся кружки диаметром 50 см на расстоянии 1,5 - 2 м один от другого. Все дети, за исключением водящего, становятся в них, затем перебрасывают мяч товарищам в разных направлениях. Водящий, находясь между кружками, старается поймать мяч на лету или хотя бы коснуться его рукой. Если водящему удастся это сделать, тренер дает свисток. По свистку игроки, находящиеся в кружках, меняются местами, а водящий старается занять любой из кружков. Кто не успел занять кружка, тот становится водящим. Игра продолжается. Побеждают те дети, которые ни разу не были водящими. (Выполнение роли водящего впервые выделенным игроком в счет не принимается).

Методические указания. Дети делятся на несколько групп. Когда они усвоят ход игры, можно включить в нее второй мяч и второго водящего.

Варианты. 1. Водящими выделяются двое детей. 2. В игру вводится несколько мячей.

«Обгони мяч»

Играют 2 (можно 4-6) команды. Игроки каждой команды становятся в круг, выбирают водящих, которые имеют мячи. После сигнала тренера каждый водящий отдает мяч игроку, стоящему справа, а сам бежит влево, обегая круг, и становится на свое место. Получивший мяч передает его следующему справа и т.д. Когда первый возвращается на свое место, бежит следующий игрок. Игра заканчивается, когда все дети обегут круг и мяч возвратится водящему. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру.

«Подвижная цель»

Все дети делятся на несколько групп, каждая группа становится кругом с водящим в центре. Дети перебрасывают друг другу мяч, стараясь попасть в водящего. Попавший становится водящим, а ребенок, бывший водящим, встает в круг. Методические указания. Мяч можно бросать только в ноги водящего.

Вариант № 2 Бросать мяч в водящего только после передачи (2-3 передач мяча) друг другу.

«Успей поймать»

Дети встают по кругу с водящим в середине. Они перебрасывают мяч с одной стороны круга на другую, водящий должен поймать мяч или коснуться его рукой. Если ему это удастся, он встает в круг, а в середину идет тот, кто последним бросил мяч.

Методические указания. Группа делится на 4-6 подгрупп. Дети встают в круг на расстоянии вытянутых рук.

«За мячом»

Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает водящего. Команды делятся пополам и становятся в колонны напротив друг друга на расстоянии 2-3 м. После сигнала водящий передает мяч стоящему первым в противоположной колонне ребенку, а сам бежит в конец этой колонны, т.е. вслед за мячом. Поймавший также передает мяч напротив стоящему и отправляется за мячом. Игра заканчивается тогда, когда все игроки вернутся на свои места, а мячи возвратятся водящим.

Вариант. Выигрывает та команда, которая быстрее заканчивает игру.

Методические указания. Дети быстрее поймут, куда бежать после передачи мяча, если объяснить, что они должны передвигаться по тому направлению, куда брошен мяч.

«Сбей кеглю»

Дети становятся за линию, в 2-3 метрах, от которой находятся 3-4 кегли. Мяч можно прокатывать, бросать любым способом. Задание выполняют 3-4 детей одновременно.

«Будь внимателен»

Дети становятся в кружок, в середине его ведущий. Ведущий бросает мяч кому-либо из круга, применяя обманные действия, и то должен поймать мяч. Не поймавший мяч получает штрафное очко.

«Мяч в корзину»

Дети свободно располагаются вокруг корзины, каждый с мячом. После сигнала тренера бросают мячи, как им удобнее, в корзину на высоте 150 см, стараясь попасть в нее. Выигрывает ребенок, быстрее всех попавший 3 раза.

«Сделай фигуру»

Дети произвольно играют с мячом. Каждый в своем темпе. Воспитатель учит их быстро реагировать на сигнал.

«Гонка мячей по кругу»

Играющие образуют широкий круг, Двое детей, стоящих напротив друг друга в кругу, имеют мячи разного цвета. После сигнала тренера они передают мяч по кругу в одном направлении как можно быстрее, чтобы один мяч догнал второй. Игра повторяется 2-3 раза.

«Передай мяч соседу»

Дети стоят округу на расстоянии одного метра друг от друга. Водящий за кругом. Играющие передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Задача водящего дотронуться до мяча. Если водящий дотронется до мяча, то игрок, у которого был мяч, становится водящим.

«Мяч водящему»

Дети делятся на несколько групп. Водящими выбираются те, кто хорошо владеет мячом. Водящий поочередно бросает мяч. Побеждает команда, которая ни разу не уронила мяч.

«Попади в обруч»

Дети становятся за линию в пять колонн, в 2-3 метрах, от которой находятся 5 обручей. Они поочередно бросают мячи в обручи, стараясь попасть в них. Бросать можно любым способом.



«Попади в цель»

Делятся на 4 команды, против каждой из них на расстоянии 3-4 метров выставляются 5 кеглей. Дети по очереди катают мяч, стараясь сбить им кегли. Выигрывает команда, быстрее всех сбившая все кегли.

«Лови, бросай, упасть не давай!»

Дети стоят в кругу, один - в центре круга. Он бросает мяч всем по очереди в быстром темпе, приговаривая "Лови, бросай, упасть не давай!", сопровождая каждое слово броском мяча. Затем водящий меняется.

Список используемой литературы:

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М., 1992.
2. Аксёнова Н.И. Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях. //Дошкольное воспитание- 2000 - №6.
3. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. М., 1981.
4. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта. М., 2004.
5. Николаева Н.И. Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений «Школа мяча» – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012.
6. Ноткина Н.А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. СПб., 1993.
7. Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста \ сост. Бычкова С.С. М., 2002.
8. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей. М., 1994.

