

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
г. Мурманска №157

**Методическая разработка
образовательной деятельности
для детей старшего дошкольного возраста
с использованием разных видов мячей**

Молоковская Елена Николаевна
инструктор по физической культуре
МБДОУ г.Мурманска №157

Пояснительная записка

Одним из инновационных процессов в работе инструктора по физической культуре в ДОО является развитие двигательных качеств детей с использованием различных видов мячей.

Мяч - это не только любимая игрушка детей, но и необходимый элемент спортивных игр (футбол, минибаскетбол, волейбол, гольф, теннис, хоккей на траве и т.д.). Первое знакомство с мячом является важнейшей формой психофизического развития ребенка. Игровая деятельность с мячами преобразуется в развивающую и, даже оздоровительную.

Известно, что ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста является игра. Она позволяет соединить воедино физическое и психическое развитие ребенка, создает условия для гуманизации педагогического процесса, становится катализатором в процессе формирования творческой личности дошкольника. В дошкольном детстве наиболее эффективным средством, способствующим становлению физического воспитания, является овладение различными видами мячей. Мяч становится самым популярным спортивным инвентарем на занятиях по физической культуре. Использование разнообразных форм, приемов работы с мячами способствует успешному физическому воспитанию дошкольника.

Паспорт методической разработки

Форма организации образовательной деятельности: групповая.

Продолжительность: 25-30 минут.

Приоритетная образовательная область: физкультурное развитие.

Образовательные области в интеграции: физическое развитие, познавательное, социально-коммуникативное, речевое, художественно-эстетическое.

Цель образовательной деятельности: обогащение двигательного опыта детей старшего возраста через использование игр и упражнений с разными видами мячей.

Задачи образовательной деятельности.

Оздоровительная: формировать двигательные навыки, совершенствовать локомоторные движения, формировать ритмичность дыхания.

Образовательная: совершенствовать навыки техники выполнения упражнений с мячами, формировать двигательные умения и навыки, развивать психофизические качества (быстрота, ловкость, выносливость, координацию).

Воспитательная: воспитывать интерес к двигательной активности через элементы игр и упражнений, проявлять инициативу и испытывать положительные эмоции от движений.

Предполагаемый результат:

-чётко и правильно выполнять общеразвивающие упражнения с мячами;

-ориентироваться в пространстве по команде;

-слаженно и быстро действовать в команде.

Виды детской деятельности: игровая, двигательная, коммуникативная.

Оборудование:

-мячи:, баскетбольные, футбольные, волейбольные, теннисные, резиновые среднего диаметра;

-теннисные ракетки, баскетбольные кольца, волейбольная сетка, футбольные ворота, конусы.

Методы:

- словесный (рассказ, описание, объяснение, беседа);
- наглядный (показ упражнений)
- игровой и соревновательный (содержание, условия, правила игры)

Предварительная работа:

- просмотр презентаций спортивных игр с мячом;
- беседы на тему «Спортивный мяч»;
- рассматривание демонстрационного материала, иллюстраций «Виды спорта»;

План проведения образовательной деятельности

Этапы:

I. Мотивационный: мотивация на совместную деятельность, стимуляция интереса к ней, создание эмоционального настроения на совместную деятельность.

Дети входят в физкультурный зал, их встречает инструктор.

Инструктор: Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас необычное занятие. Мы сегодня будем участвовать в Спартакиаде с мячами. Как вы думаете, где проводят Спартакиаду? (ответы детей). Давайте отправимся на стадион.

Инструктор: Раз, два, три, четыре, пять – мы идём на стадион играть!

(Дети строятся в шеренгу под музыкальное сопровождение)

Дружно все мы повернулись

И друг к другу подтянулись.

Поднимаем выше ноги *(ходьба спортивным шагом)*

И шагаем по дороге,

На носки все вместе встали,

Спину ровно подержали *(ходьба на носках руки вверх)*

Для осанки пригодится

Нам на пятках в путь пуститься *(ходьба на пятках, руки за головой, локти в стороны)*

Ноги наши заплутали,

Скрестным шагом зашагали *(ходьба скрестным шагом, руки на поясе)*

А сейчас быстрее пойдём

Вместе к бегу перейдём *(ходьба в быстром темпе).*

Побежали по дороге

С ускорением немного *(бег с ускорением).*

По сигналу-остановка

И попрыгаем так ловко *(прыжки с продвижением вперед, ноги вместе- ноги врозь).*

Снова бег мы начинаем

Все препятствия оббегаем *(бег между конусами).*

Легкий бег, затем ходьба *(дыхательные упражнения).*

Стадион всех ждёт друзья!

Инструктор: Вот мы и на стадионе. Посмотрите, наш стадион разделён на сектора и каждый из них обозначен своим мячом (баскетбольный, волейбольный, теннисный, футбольный) . В каждом секторе вы будете выполнять задание. Но

для того, чтобы начать наши состязания, надо подготовиться к ним. Как готовятся спортсмены перед соревнованиями? (ответы детей)



II. Содержательный: выполнение всех поставленных задач.

ОРУ с мячом

1. И.п.- основная стойка, руки внизу, мяч в руке. 1-поднять руки через стороны вверх, переложить из одной руки в другую; 2-исходное положение (6-8р.)
2. И.п.- ноги врозь, мяч в согнутых руках у груди; 1- выполнить поворот в правую сторону левую ногу на носок, руки разгибаем в сторону; 2- исходное положение. Тоже в левую сторону (6-8р.)
3. И.п.- стоя на коленях, прямые руки в стороны, мяч в руке; 1-выполнить наклон в правую сторону, левую ногу в сторону на носок, переложить мяч через стороны из одной руки в другую; 2- исходное положение (6-8р.)
4. И.п.- сидя на полу, мяч зажат между стопами, руки в упоре сзади; 1- согнуть ноги в коленном суставе, подтянуть к животу; 2- исходное положение (6-8р.)
5. И.п.- сидя на полу, прямые ноги вместе, мяч на ногах, руки в упоре сзади; 1- руки слегка согнуть назад, туловище наклонить, прямые ноги приподнять вверх так, чтобы мяч скатился к животу, поймать мяч и вернуться в 2- исходное положение (на пол не ложиться), (6-8р.)
6. И.п.- ноги врозь, мяч в руках внизу; 1- выпад в сторону, прямые руки вперед; 2- исходное положение 6-8р.). Тоже в другую сторону
7. И.п.- прыжки на месте, основная стойка, руки вдоль туловища. 1- прыжком ноги врозь, руки через стороны вверх, мяч переложить из одной руки в другую; 2- прыжком ноги вместе, руки вдоль туловища. Выполняется а счёт «1-8» (3 раза.)
8. Ходьба на месте, мяч в руке
9. Дыхательное упражнение « Сдуй комочек»
(Мяч лежит на ладонях перед собой, сделать вдох через нос, выдох через рот, губы трубочкой) (4-5р.)



Игровые упражнения с разными видами мячей

Инструктор: А сейчас я предлагаю вам пройти в 1-й сектор.

1. Сектор «Баскетбольный мяч»



Инструктор: Как называется это вид спорта? Как называют спортсменов играющих в баскетбол? (ответы детей)

Задание: ведение мяча до ориентира, бросок в кольцо, обратно бег с мячом в руках.

2. Сектор «Футбольный мяч»



Инструктор: Как называется это вид спорта? Где проводится футбольный матч? Что такое «пенальти» (ответы детей)

Задание: проводка футбольного мяча ногой между стойками, забивание мяча в ворота, обратно- бег с мячом в руках.

3. Сектор «Теннисный мяч»



Инструктор: Как называется это вид спорта? Что теннистам нужно, кроме мяча? (ответы детей)

Задание: бег с теннисной ракеткой и теннисным (арабским) мячом на ней до ориентира, обратно бег без задания.

4. Сектор «Волейбольный мяч»



Инструктор: Как называется это вид спорта? Как называют спортсменов играющих в волейбол? (ответы детей)

Задание: передача мяча в парах через волейбольную сетку.

Инструктор: Молодцы, ребята! А теперь давайте поиграем в игру «Гонка мячей».

Игра-эстафета «Гонка мячей»

Играют две команды. Каждому игроку в команде выдаются разные мячи (баскетбольный, волейбольный, теннисный, футбольный). Инструктор называет любой мяч, игроки с этим мячом бегут и выполняют задание до ориентира. Обратно бег без задания.

Баскетбольный мяч: ведение мяча.

Волейбольный мяч: бег с мячом.

Теннисный мяч: бег с мячом, с перекладыванием мяча вокруг туловища.

Футбольный мяч: ведения мяча ногой.

III. Рефлексивный этап: подведение итогов, оценка результатов образовательной деятельности.

Инструктор: Молодцы, ребята! Какой вид спорта больше всего вас понравился? (ответы детей) Вы сегодня отлично выступили на Спартакиаде, выполнили все задания, проявили такие качества, как ловкость, быстроту, выносливость и каждый из вас получает на память приз!