

«Игры с мячом дома для детей 3-4 лет»



Ведущая деятельность ребенка третьего года жизни - игровая. Это значит, что именно игра большой степени влияет на общее развитие малыша. Может быть, поэтому игровые приемы являются наиболее действенными, когда родители хотят научить чему-либо маленьких детей или привить им полезные навыки.

Среди разнообразия детских игр можно выделить особый вид - игры с мячом.

Как же организовать игры с мячом в семье?

Задача взрослого - создать необходимые условия для сенсомоторного развития малыша с первых месяцев его жизни. Сказанное позволяет заметить, что организация целенаправленной двигательной активности ребенка как в семье, так и в детском учреждении играет важную роль в педагогике раннего детства. Действительно, именно на втором-третьем годах жизни дети в достаточной степени овладевают основными движениями, сохраняющими свою значимость на протяжении всей последующей жизни.

Неслучайно физической культуре в детских садах уделяется огромное внимание: действует специальная система педагогических мероприятий, направленных на развитие движений и общее оздоровление детства.

Из всех физкультурных мероприятий с маленькими детьми необходимо особо выделить подвижные игры и игры-упражнения с мячом.

Такие игры и упражнения развивают ориентировку в пространстве, глазомер, ловкость, быстроту реакции, регулируют силу и точность броска; нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гиперактивных детей. Кроме того, они развивают мышечную силу, улучшают обмен веществ, усиливают работу важнейших органов - легких, сердца.

Учимся играть вместе

Как же научить малыша ловкости и умелости в играх с мячом? Методика обучения детей раннего возраста упражнениям и играм с мячом (*как и любому физическому упражнению*) имеет свои особенности, которые заключаются в том, что в обучении преимущественно используются игровые приемы. Показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей - ведущий прием в обучении малышей. Это связано с особенностями детей 2-3 лет и объясняется недостаточной сосредоточенностью, отсутствием необходимой самоорганизации, произвольного внимания, возможности подражать по слову взрослого.

Но пояснение и показ упражнений требуют подготовленности детей. Зрительные впечатления преобладают над их словесным выражением. Ребенок не владеет обобщенными способами действий в словесном выражении и поэтому не всегда может понять, что означает «*прокати мяч*», «*подбрось мяч вверх*» и т. п. Например, показывая, как надо бросать мяч вдаль двумя руками из-за головы, взрослый сопровождает показ простым, доступным для понимания пояснением: «Я сейчас брошу мяч далеко-далеко. Смотри, как я это делаю. Я беру его двумя руками и поднимаю вверх. Какой красивый у меня мяч! А теперь я спрячу его за голову.

И. брошу. Брошу сильно, вперед! Далеко-далеко!».

Дети этого возраста лучше воспринимают показ движения, чем его словесное описание (независимо от его сложности или новизны, поэтому взрослый должен показывать упражнения, сопровождая их простым и доступным пояснением.

Пояснение нужно сопровождать показом даже при выполнении знакомого упражнения. Ребенок способен отобразить движение, поэтому одно и то же упражнение следует показывать и пояснять не один раз, а многократно, чтобы создать у него правильный образ движения прокати мяч в ворота, брось мяч через веревочку. Такие способы выполнения движений, в силу своей конкретности помогают детям еще лучше осознать поставленную перед ними задачу и выполнить ее более целенаправленно. Задания должны быть простыми, понятными и доступными для них. Повторение упражнений с мячом имеет большое значение для детей раннего возраста. Благодаря многократным повторениям образуются более

прочные двигательные навыки: малыш начинает выполнять движения свободнее, без лишнего напряжения, у него появляется своеобразное чувство мяча. Детям этого возраста свойственно многократное повторение движений как во время овладения ими, так и после уже появившегося умения.

Какие же конкретные рекомендации можно дать родителям?

В современных квартирах возможности для игры в мяч очень ограничены, но все же родителям можно предложить несколько забавных игровых упражнений с мячом. Эти игры, можно проводить в условиях помещения. Используя все, что есть под рукой: игрушки, бумажные шары, кегли, пустые пластиковые бутылочки, веревки, мячи разной величины, табуретки, стулья.

Упражнения с использованием этих предметов конкретизируют движение, развивают ловкость, сноровку, сосредоточенность.

Сопровождение движений с **мячом** стихотворным текстом помогает сделать занятие более понятным, а главное, задает ритм выполнения игрового задания.

Игры с мячом

ПОИГРАЕМ С СОЛНЫШКОМ

Цель. Научить прокатывать мяч в заданном направлении.

Ребенок сидит на полу, ноги врозь. Мама (*взрослый*) с мячом (*в этой игре желательно использовать мяч желтого цвета*) располагается, напротив, на расстоянии 0,6-1,0 м. Читает стихотворение и выполняет соответствующие действия.

Солнышко желтое (медленно прокатывает мяч от руки к руке,

Солнышко теплое (*вокруг себя по полу*)

По небу катилось, катилось (прокатывает мяч двумя руками ребенку,

К Мише (*имя ребенка*) в гости прикатилось. (*Ребенок ловит мяч и затем прокатывает его двумя руками маме.*)

В игре могут принимать участие и другие члены семьи (*папа, бабушка, дедушка, старшие брат или сестра*) или сверстники малыша. В этом случае участники игры образуют полукруг. Водящий располагается напротив и по очереди прокатывает мяч всем играющим. При усложнении игры водящий может направлять мяч любому из

играющих, не соблюдая очередности. Тем самым вынуждая малыша быть внимательным. Исходное положение ребенка тоже может меняться: сидя на полу ноги врозь, скрестив перед собой, сидя на корточках.

МЯЧ В КРУГУ

Цель. Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве.

В этой игре можно объединить нескольких детей (*сверстников малыша*) или попросить других членов семьи поиграть с вами.

Дети сидят на корточках на полу, образуя круг. Мама (*взрослый*) дает одному из участников игры мяч-Колобок (*на нем нарисованы или приклеены глаза, нос, рот*) и читает стихотворение.

Колобок, Колобок,

У тебя румяный бок.

Ты по полу покатись

И Катюше (*ребятам*) улыбнись!

По просьбе мамы («*Катенька, покати мячик Диме*») девочка прокатывает мяч

двумя руками названному участнику. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ребенку, которого назвали по имени, и т. д.

Советы маме. Нужно организовать игру так, чтобы каждый ребенок смог прокатить мяч. Необходимо напоминать детям, что мяч нужно отталкивать сильнее, чтобы он докатился до другого участника игры, а также подавать выкатившийся из круга мяч.

ПРОКАТИ И ДОГОНИ

Цель. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, с усилием, развивать умение ориентироваться в пространстве.

Ребенок с мячом в руках подходит к обозначенному месту (*шнур, полоска пластыря, цветной кружочек*) и выполняет действия в соответствии со стихотворным текстом.

Наш веселый, звонкий мячик (*толкает мяч двумя руками*)

Мы прокатим далеко (смотрит, куда он покатился,

А теперь его догоним. (*Бежит за мячом, догоняет его.*)

Это сделать нам легко! (Поднимает мяч над головой: «Поймал!».)

В зависимости от диаметра мяча ребенок может прокатывать его одной рукой, чередуя правую и левую руку, если мяч маленький (*диаметром 5-8 см*) или двумя руками, если большой (*диаметром 18-20 см*).

Советы маме. Приучайте малыша посмотреть вперед, прежде чем он покатит мяч.

Не бежать за мячом сразу, а дожидаться речевого сигнала. Объясните, что мяч надо отталкивать не резким и коротким движением рук, а плавным и энергичным (при необходимости сделайте упражнение вместе, обхватив руки ребенка своими).

БАШЕНКА

Цель. Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель (*энергично отталкивать мяч в заданном направлении*).

Это игровое упражнение можно предложить ребенку, когда ему наскучит игра в кегли.

Из трех-четырех кубиков мама строит башенку. Малыш, присев на корточки (*наклонившись, ноги чуть шире плеч*) в обозначенном мамой месте (цветной кружок или шнур, прокатывает мяч двумя руками вперед, стараясь сбить башенку, находящуюся на расстоянии 1,5 м от него.

Дети, как правило, приходят в восторг от разлетающихся в стороны кубиков (*которые не должны быть слишком тяжелыми*).

МЯЧ С ГОРКИ

Цель. Учить скатывать, ловить, переносить большой мяч двумя руками.

Вариант 1. Для этого упражнения понадобится доска. Мама закрепляет один конец доски на стуле и скатывает по ней мяч. Ребенок ловит его двумя руками.

Вариант 2. Ребенок самостоятельно скатывает мяч с наклонной плоскости, с усилием отталкивая его двумя руками. Мама сопровождает его действия веселым стихотворением.

Мячик в руки ты возьми (мяч в руках у ребенка,

Смело к горке подойди (ребенок подходит к приподнятому концу доски,

Оттолкни его руками (скатывает мяч горки,

А теперь беги, лови! (*Бежит: с ним и, догнав, возвращается обратно*)

Советы маме. Напоминайте малышу, скатывать мяч надо двумя руками.

Постарайтесь объяснить: если мячик просто класть или отталкивать тихонько, то он упадет на пол, не докатившись до конца доски.

МЯЧ В ТУННЕЛЬ

Цель. Развивать умение отталкивать мяч двумя руками, учить оценивать расстояние между предметами.

Вариант 1. Взрослый сдвигает одну-три табуретки. Показывает, как катить мяч через «*туннель*» (под табуретками, отталкивая его двумя руками. Внимание: диаметр мяча не должен быть больше половины расстояния между ножками табуретки. Ребенок с интересом будет смотреть, как мяч проходит туннель.

Вариант 2. Понадобится помощь трех-четырех человек: старшие брат или сестра, бабушка и дедушка с радостью поиграют с малышом. Они должны встать друг за другом, расставив ноги в стороны. А мама показывает, как двумя руками катить мяч через получившийся туннель.

В обоих вариантах игры ребенок может сам бежать за катящимся мячом и приносить его обратно, чтобы снова прокатить через туннель. Можно попросить кого-нибудь из взрослых встать с другого конца туннеля, чтобы ловить мяч и прокатывать его обратно малышу. Маленькому ребенку доставит удовольствие не только прокатывать, но и ловит выкатывающийся мяч.

Советы маме. Напоминайте малышу, что мяч надо отталкивать одновременно двумя руками с силой, чтобы он прокатился через туннель, а не застрял в нем.

ПРОКАТИ МЯЧ ВОКРУГ ПЕНЕЧКА, ИЛИ СКАЗКА ПРО КОЛОБОКА

Цель: Учить катать мяч вокруг предмета двумя руками класть его двумя руками в горизонтальную цель, находящейся на уровне вытянутой руки. Из подручных средств нужно сделать пенечек и вспомнить с малышом сказку «Колобок» («От кого убежал Колобок?», «А кто его съел?»). Затем взрослый предлагает поиграть с Колобком, покатавать его двумя руками (*одной рукой*) вокруг пенечка.

Малыш с Колобком (*мяч с наклеенными на него глазами, носом и ртом*) встает около пенечка. Мама с наволочкой или мешком в двух-трех шагах от него читает стихотворение.

Колобок, не ленись, не ленись, Вокруг пенечка прокатись, прокатись. Подтолкнем тебя руками. Поиграй немножко с нами!

Малыш катает мяч вокруг пенечка, стараясь не выпускать его из рук. Когда мама скажет: «*Зайчик идет!*», малышу нужно» поднять мяч двумя руками вверх - Колобок убегает от зайца. Мама проговаривает: «*И от бабушки ушел, и от дедушки ушел, и от зайца ушел! Молодец!*». Тот же вариант игры проигрывается с другими персонажами сказки (*волком и медведем*); при этом меняется направление прокатывания мяча.

Когда мама скажет: «*Лисичка идет!*», малышу нужно взять мяч, подбежать к маме и двумя руками положить его в наволочку, которую она держит на уровне вытянутых вверх рук ребенка, - «*лисичка съела Колобка!*».

Советы маме. Напоминайте, что не надо откатывать мяч далеко от себя. Малыш на первых порах может прокатывать его, как ему удобно (*одной или двумя руками*). Когда он научится удерживать мяч около себя, задание можно усложнить: прокатывать мяч только одной рукой. Мышцы спины и позвоночник маленьких детей еще слабы, поэтому во избежание большой нагрузки на позвоночник повторяйте игру не более двух-четырех раз и обязательно после каждого прокатывания мяча предлагайте ребенку выпрямиться и поднять руки с мячом вверх (*потянуться*).