

**Подвижные игры и игровые упражнения с мячом,
как средство развития двигательной активности у старших дошкольников.**

Актуальность

Одной из основных задач работы дошкольного учреждения является сохранение и укрепление здоровья дошкольника, формирование у них привычку к ЗОЖ.

Особое место в организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении в соответствии с программными требованиями занимает формирование навыка владения мячом.

Игры с мячом пользуются у детей наибольшей популярностью, и это неудивительно, так как мяч – это один из спортивных инвентарей, который доступен и может использоваться как в самостоятельной, так и в совместной деятельности детей, в помещении и на улице. Для детей мяч - это привлекательный «снаряд», символизирующий приобщение к спортивным играм: пионерболу, волейболу, баскетболу, футболу и т. д.

В работе с детьми дошкольного возраста формируются разнообразные действия с мячом: бросание, ловля, катание, метание, способствующие развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, а также совершенствуют пространственную ориентировку. Действия с мячами различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Игры с мячом занимают значительное место среди других средств физического воспитания детей дошкольного возраста, усложняясь от группы к группе за счет введения дополнительных заданий, а также новых способов их выполнения.

Описание опыта

Цель данного опыта заключается в повышении двигательной активности детей дошкольного возраста в процессе овладения навыками игры с мячом посредством использования подвижных игр и игровых упражнений с мячом.

Нами были определены следующие задачи:

1. Совершенствовать навыки владения мячом через организацию подвижных игр и игровых упражнений в совместной и самостоятельной деятельности с детьми.

2. Сформировать коммуникативные навыки у дошкольников, поддерживать интерес к играм с мячом и желание в них играть в самостоятельной и совместной деятельности.

3. Активизировать и разнообразить двигательную активность детей с помощью игр и игровых упражнений с мячом.

4. Повышать педагогическую культуру родителей в вопросах физического развития дошкольников.

Для достижения поставленных задач в нашем МБДОУ созданы соответствующие условия:

-предметно - развивающая среда в групповых помещениях, на игровых прогулочных площадках, в спортивном зале оснащена разнообразным физкультурным и спортивно – игровым оборудованием, позволяющим добиться положительных результатов в развитии двигательной активности дошкольников, способствующая ознакомлению детей с разными видами мячей и способами игры с ними.

-при организации совместной и самостоятельной деятельности детей, активно используются спортивные и подвижные игры с мячом, позволяющие обогатить двигательный опыт дошкольников.

В своей работе использую разнообразные формы организации детей:

-совместная деятельность (при организации совместной деятельности с детьми использую игры и игровые упражнения основанные на владении навыками игры с мячом, спортивные игры);

-образовательная деятельность (организация образовательной деятельности, построена с учетом принципа интеграции образовательных областей, а также использовании игр и упражнений, направленных на решение поставленных задач);

-самостоятельная деятельность включает в себя обогащение предметно – развивающей среды, поощрение детей к организации подвижных и спортивных игр с использованием мяча;

-индивидуальная работа способствует совершенствованию умений и навыков детей.

Организация непосредственно образовательной деятельности является основной формой работы по формированию навыка владения мячом.

При организации образовательной деятельности особое место занимают игровые формы проведения НОД, активно используются подвижные игры и игровые упражнения с мячом, при этом основываюсь на свободном выборе детей.

Непосредственно – образовательная деятельность, построенная на основе подвижных игр и игровых упражнений с мячом, имеет свои особенности содержания и проведения. При организации игровой непосредственно – образовательной деятельности подбираю игры разной степени двигательной

интенсивности (низкой, средней и высокой), которые провожу последовательно в соответствии с структурой проведения НОД. При подготовке к проведению образовательной деятельности подбираю по три игры с мячом низкой, средней и высокой степени интенсивности, подбираю игровые упражнения, которые могут быть предложены детям, для осуществления выбора одного из трех вариантов каждой игры. Для выбора игровых упражнений детьми использую показ предметов, обозначающих содержание той или иной игры, карточки – схемы с зашифрованными названиями игр и т.д.

В работе с детьми старшего дошкольного возраста при проведении непосредственно образовательной деятельности используются игры- эстафеты

При проведении такого типа образовательной деятельности соблюдаются следующие условия:

-каждый ребенок, участвующий в игре, должен хорошо владеть двигательными навыками (лазанием, бегом, прыжками, метанием и т.д.)

-при подведении итогов игры необходимо оценивать достижения ребенка по отношению к самому себе.

Одним из неперенных условий достижения поставленных задач является осуществление взаимодействия с родителями, при этом использую разнообразные формы работы:

-родительские собрания;

- консультации;

-индивидуальные беседы и рекомендации;

-наглядная информация;

-открытые просмотры образовательной деятельности по физической культуре.

Результативность данного опыта прослеживается. Показателями служат результаты мониторинга, по следующим критериям:

-сформированность навыка владения мячом у детей дошкольного возраста;

-повышение двигательной активности детей 5-7 лет посредством использования игр и игровых упражнений с мячом в самостоятельной деятельности;

-сформированность коммуникативных навыков у дошкольников проявление интереса к играм с мячом, желание играть с мячом в самостоятельной деятельности;

-эффективность использования разнообразных форм взаимодействия с семьей, о желании родителей воспитанников организовывать подвижные игры с мячом совместно с детьми.

