

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ,  
РАБОТАЮЩИХ С ДЕТЬМИ СТАРШИХ И  
ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ ГРУПП

# ШКОЛА МЯЧА



## НАВЫКИ ВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ

Что ребёнок должен уметь делать с мячом в дошкольном возрасте

## ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА

Игровые упражнения и задания с мячом для индивидуального выполнения

## КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ С МЯЧОМ

Подвижные игры и эстафеты с мячом

## ТЕМАТИЧЕСКИЕ ИГРЫ

Настольная игра-лото "Мячи и игры с ними"



# ШКОЛА МЯЧА



## НАВЫКИ ВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ

Что ребёнок должен уметь делать с мячом в дошкольном возрасте

**В 5 лет** – метать мяч в цель одной рукой, отбивать мяч от пола не менее 10 раз; бросать мяч вверх, а после удара мяча об землю уметь ловить мяч руками (выполнять не менее 10 раз подряд);

**В 6 лет** – свободно отбивать мяч от пола на месте и с продвижением; перебрасывать мяч друг другу и уметь ловить его стоя, сидя и разными способами; овладеть элементарными приемами волейбола и баскетбола; метать мяч в горизонтальную и вертикальные цели (центр мишени на расстоянии 2 м) с расстояния 3–4 м.

Руководство занятиями по обучению детей действиям с мячом имеет некоторые отличия от руководства подвижными играми на занятиях по физической культуре. Наиболее эмоционально проходят игры с мячом, когда педагог сам становится их активным участником, поэтому он может временно принимать на себя роль водящего с целью пояснения на личном примере обязанностей водящего, правил приёмов игры.





Возможность для активного участия педагога в упражнениях с мячом создаётся тогда, когда дети усвоят основной рисунок движения. Но и на этом этапе необходимо показывать отдельным детям те или иные действия, совместно выполнять упражнение. Оказывая помощь ребёнку в усвоении действий с мячом, педагог повышает его интерес к движениям данного типа. Выполняя упражнение в паре с технически слабым или сильным ребёнком, он имеет возможность облегчить или усложнить задание.

Особо благоприятные условия активного участия педагога в играх создаются при совершенствовании действий с мячом. Педагог помогает той команде, которая не умеет организовывать распределение действий с мячом, не столько своими действиями, сколько указаниями. Он может временно включиться в игру или упражнение, в удобный момент выйти из неё, перейти на упражнение с другим ребёнком и т. д. При этом педагог не должен терять из поля зрения всех детей и каждого ребёнка в отдельности.





## ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА

Игровые упражнения и задания с мячом  
для индивидуального выполнения



«Дотронься до мяча»

Взрослый держит в руке небольшой мяч в сеточке. Ребёнку предлагают подпрыгнуть и дотронуться до мяча двумя руками.



«Прокати мяч в ворота»

Прокатить мяч в одном направлении на расстояние 1-1.5 м в ворота шириной 50 см. Прокатив, ребёнок сам догоняет мяч.



«Прокати мяч»

Малышу предлагают прокатить большой мяч взрослому, находящемуся от него на расстоянии 1,5-2 м. Взрослый возвращает мяч ребёнку. Сначала ребёнок играет сидя на полу, затем стоя, наклоняясь для того, чтобы оттолкнуть мяч. Расстояние от взрослого до ребёнка постепенно увеличивают до 3-4 м.



«Подбрось – поймай»

Ребёнок бросает мяч вверх и ловит его. Взрослый считает, сколько раз малыш поймает мяч.



«Брось дальше»

Ребёнок бросает мяч, стоя на линии, начерченной на земле. На месте падения взрослый делает метку и предлагает бросить ещё дальше.





## ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА

### Игровые упражнения и задания с мячом для индивидуального выполнения



#### «Мой весёлый звонкий мяч»

Подражая мячу, дети подпрыгивают на двух ногах, а взрослый произносит слова из стихотворения С.Маршака «Мяч»:

Мой весёлый, звонкий мяч,  
Ты куда помчался вскачь?  
Красный, жёлтый, голубой,  
Не угнаться за тобой!



#### «Поймай мяч»

Взрослый, стоя напротив ребёнка (1,5-2 м), бросает ему мяч. Ребёнок возвращает мяч. Взрослый сопровождает действия словами:

«Лови, бросай, упасть не давай».

Каждое слово сопровождается броском мяча. Слова нужно произносить медленно.



#### «Перебрось через верёвку»

Ребёнок становится напротив верёвки, натянутой на высоте поднятой руки малыша. Расстояние от ребёнка до верёвки – не более 1,5 м. Ребёнок бросает мяч из-за головы двумя руками, стараясь перебросить его через верёвку, затем бежит за ним и снова бросает.





## КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ С МЯЧОМ

### Подвижные игры и эстафеты с мячом



#### «Мяч водящему»

Нужно провести две линии. Расстояние между ними 2-3 м. Играющие становятся друг за другом за первую линию. Напротив них, за другую линию, становится водящий.



#### «Мяч в стену»

Команды строятся в колонны на расстоянии 3 м от стены лицом к ней. По сигналу первые игроки бросают мяч о стену, ловят его после отскока от земли и передают следующим, а сами бегут каждый в конец своей колонны.



#### «Ловишка с мячом»

На земле чертят круг (диаметр 2м). Ловишка - в центре круга с мячом. После слов: «Раз, два, три -лови!» - дети бегут, а ловишка «осаливает» мячом убегающих детей.



#### «Школа мяча»

Играющие строятся в колонны, в руках у первых игроков по одному большому мячу. Перед каждой колонной положен обруч (диаметром 50 см). По сигналу воспитателя первый игрок ударяет мячом в обруч, ловит его двумя руками и передаёт следующему, а сам бежит в конец своей колонны. Когда первый в колонне окажется снова на своём месте, то, получив мяч, он поднимает его над головой.





## КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ С МЯЧОМ

### Подвижные игры и эстафеты с мячом



#### «Проведи мяч»

Играющие строятся в две колонны, у каждого в руках по одному мячу. Вдоль площадки параллельно друг другу, ставятся кубики (5-6 шт.) на расстоянии 1.5 м. По сигналу воспитателя первые игроки начинают ведение мяча между предметами. Как только они пройдут 2-3 предмета, в игру включаются следующие ребята. Каждый выполнивший задание встаёт в конец своей колонны.



#### «Охотники и утки»

Играющие делятся на две команды охотников и уток. Утки становятся в середину круга, а охотники располагаются снаружи круга. Охотники перебрасывают мяч и стараются осалить им уток. Когда треть уток поймана, игра останавливается и дети меняются ролями.



#### «Не давай мяч водящему»

В центре круга находятся 2-3 водящих. Стоящие вне круга перебрасывают мяч друг другу во всех направлениях, а водящие стараются до него дотронуться. Если кому-либо это удаётся, то он выходит из круга. А водящим становится тот, при броске, которого был осален мяч.



#### «Поймай мяч»

В игре трое играющих. Двое становятся на расстоянии не менее 3 м друг от друга и перебрасывают мяч. Третий находится между ними и старается поймать мяч, пролетающий над его головой.

