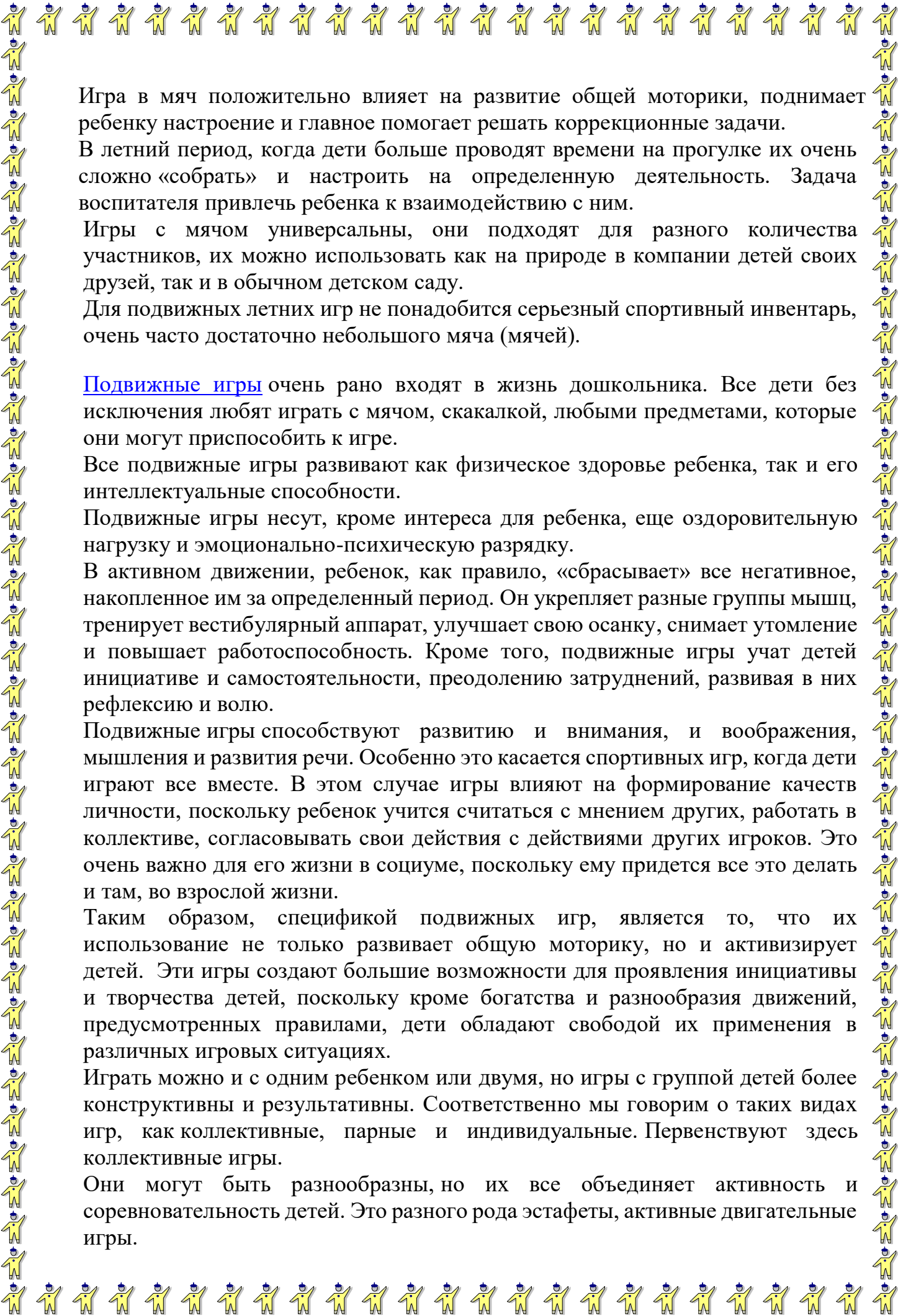


*КОНСУЛЬТАЦИЯ  
ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ*

«Игры с мячом на прогулке»

Инструктор по  
физической культуре  
Карпова В.Ю.





Игра в мяч положительно влияет на развитие общей моторики, поднимает ребенку настроение и главное помогает решать коррекционные задачи.

В летний период, когда дети больше проводят времени на прогулке их очень сложно «собрать» и настроить на определенную деятельность. Задача воспитателя привлечь ребенка к взаимодействию с ним.

Игры с мячом универсальны, они подходят для разного количества участников, их можно использовать как на природе в компании детей своих друзей, так и в обычном детском саду.

Для подвижных летних игр не понадобится серьезный спортивный инвентарь, очень часто достаточно небольшого мяча (мячей).

Подвижные игры очень рано входят в жизнь дошкольника. Все дети без исключения любят играть с мячом, скакалкой, любыми предметами, которые они могут приспособить к игре.

Все подвижные игры развивают как физическое здоровье ребенка, так и его интеллектуальные способности.

Подвижные игры несут, кроме интереса для ребенка, еще оздоровительную нагрузку и эмоционально-психическую разрядку.

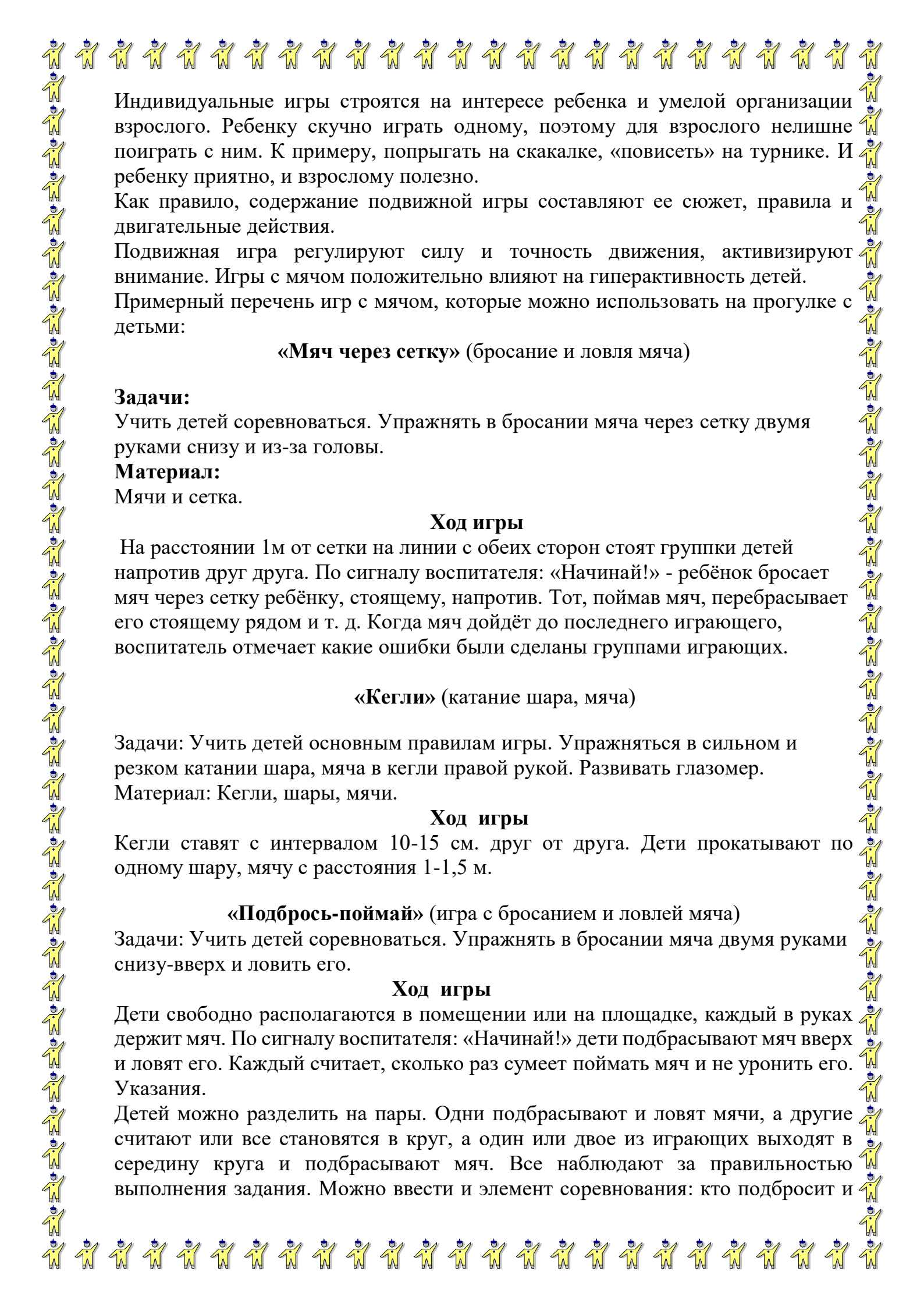
В активном движении, ребенок, как правило, «сбрасывает» все негативное, накопленное им за определенный период. Он укрепляет разные группы мышц, тренирует вестибулярный аппарат, улучшает свою осанку, снимает утомление и повышает работоспособность. Кроме того, подвижные игры учат детей инициативе и самостоятельности, преодолению затруднений, развивая в них рефлексивность и волю.

Подвижные игры способствуют развитию и внимания, и воображения, мышления и развития речи. Особенно это касается спортивных игр, когда дети играют все вместе. В этом случае игры влияют на формирование качеств личности, поскольку ребенок учится считаться с мнением других, работать в коллективе, согласовывать свои действия с действиями других игроков. Это очень важно для его жизни в социуме, поскольку ему придется все это делать и там, во взрослой жизни.

Таким образом, спецификой подвижных игр, является то, что их использование не только развивает общую моторику, но и активизирует детей. Эти игры создают большие возможности для проявления инициативы и творчества детей, поскольку кроме богатства и разнообразия движений, предусмотренных правилами, дети обладают свободой их применения в различных игровых ситуациях.

Играть можно и с одним ребенком или двумя, но игры с группой детей более конструктивны и результативны. Соответственно мы говорим о таких видах игр, как коллективные, парные и индивидуальные. Первенствуют здесь коллективные игры.

Они могут быть разнообразны, но их все объединяет активность и соревновательность детей. Это разного рода эстафеты, активные двигательные игры.



Индивидуальные игры строятся на интересе ребенка и умелой организации взрослого. Ребенку скучно играть одному, поэтому для взрослого нелишне поиграть с ним. К примеру, попрыгать на скакалке, «повисеть» на турнике. И ребенку приятно, и взрослому полезно.

Как правило, содержание подвижной игры составляют ее сюжет, правила и двигательные действия.

Подвижная игра регулирует силу и точность движения, активизируют внимание. Игры с мячом положительно влияют на гиперактивность детей.

Примерный перечень игр с мячом, которые можно использовать на прогулке с детьми:

### **«Мяч через сетку» (бросание и ловля мяча)**

#### **Задачи:**

Учить детей соревноваться. Упражнять в бросании мяча через сетку двумя руками снизу и из-за головы.

#### **Материал:**

Мячи и сетка.

#### **Ход игры**

На расстоянии 1 м от сетки на линии с обеих сторон стоят группы детей напротив друг друга. По сигналу воспитателя: «Начинай!» - ребенок бросает мяч через сетку ребенку, стоящему, напротив. Тот, поймав мяч, перебрасывает его стоящему рядом и т. д. Когда мяч дойдет до последнего играющего, воспитатель отмечает какие ошибки были сделаны группами играющих.

### **«Кегли» (катание шара, мяча)**

Задачи: Учить детей основным правилам игры. Упражняться в сильном и резком катании шара, мяча в кегли правой рукой. Развивать глазомер.

Материал: Кегли, шары, мячи.

#### **Ход игры**

Кегли ставят с интервалом 10-15 см. друг от друга. Дети прокатывают по одному шару, мячу с расстояния 1-1,5 м.

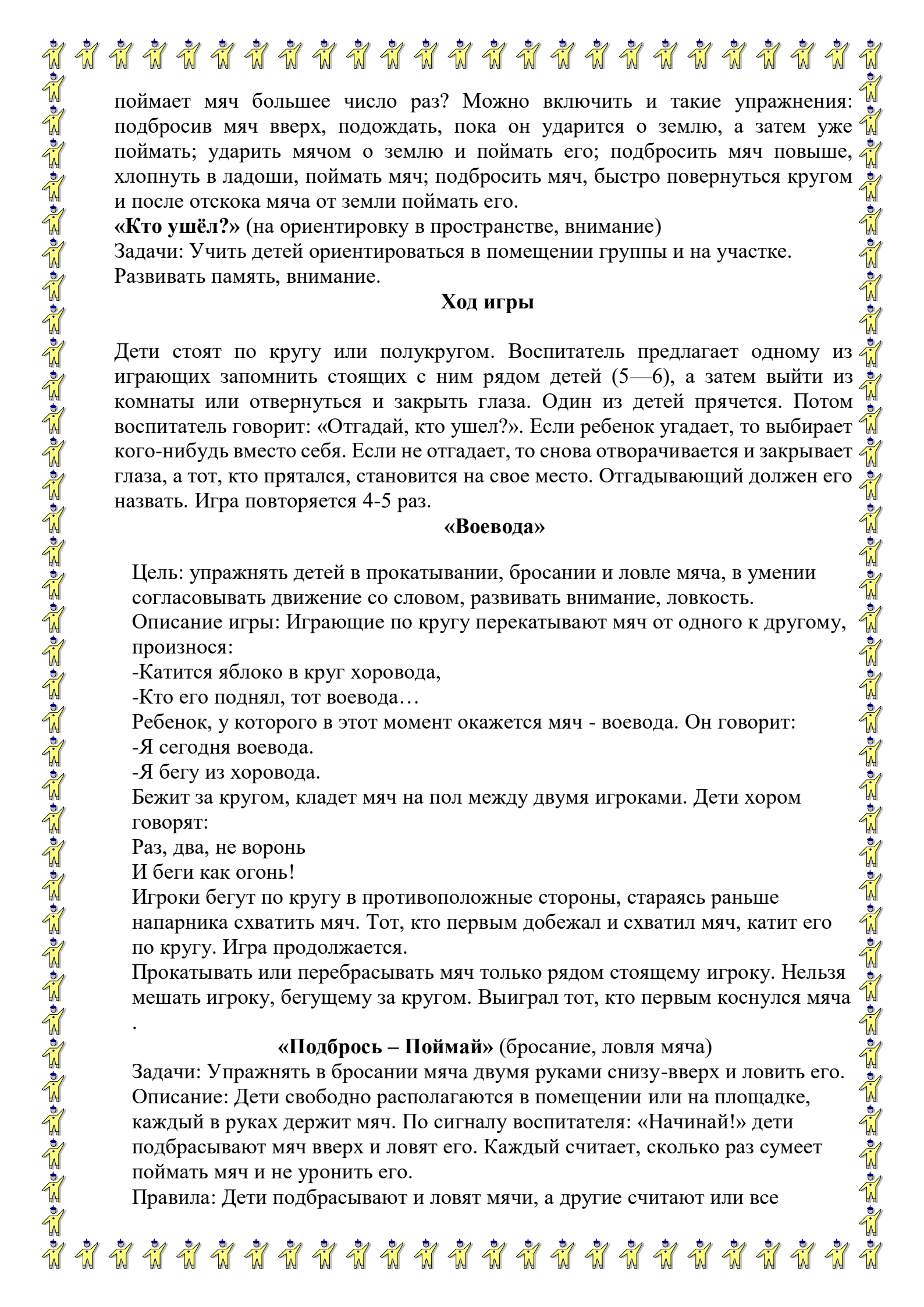
### **«Подбрось-поймай» (игра с бросанием и ловлей мяча)**

Задачи: Учить детей соревноваться. Упражнять в бросании мяча двумя руками снизу-вверх и ловить его.

#### **Ход игры**

Дети свободно располагаются в помещении или на площадке, каждый в руках держит мяч. По сигналу воспитателя: «Начинай!» дети подбрасывают мяч вверх и ловят его. Каждый считает, сколько раз сумеет поймать мяч и не уронить его. Указания.

Детей можно разделить на пары. Одни подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания. Можно ввести и элемент соревнования: кто подбросит и



поймает мяч большее число раз? Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его.

**«Кто ушёл?»** (на ориентировку в пространстве, внимание)

Задачи: Учить детей ориентироваться в помещении группы и на участке.

Развивать память, внимание.

### Ход игры

Дети стоят по кругу или полукругом. Воспитатель предлагает одному из играющих запомнить стоящих с ним рядом детей (5—6), а затем выйти из комнаты или отвернуться и закрыть глаза. Один из детей прячется. Потом воспитатель говорит: «Отгадай, кто ушел?». Если ребенок угадает, то выбирает кого-нибудь вместо себя. Если не отгадает, то снова отворачивается и закрывает глаза, а тот, кто прятался, становится на свое место. Отгадывающий должен его назвать. Игра повторяется 4-5 раз.

### «Воевода»

Цель: упражнять детей в прокатывании, бросании и ловле мяча, в умении согласовывать движение со словом, развивать внимание, ловкость.

Описание игры: Играющие по кругу перекатывают мяч от одного к другому, произнося:

-Катится яблоко в круг хоровода,

-Кто его поднял, тот воевода...

Ребенок, у которого в этот момент окажется мяч - воевода. Он говорит:

-Я сегодня воевода.

-Я бегу из хоровода.

Бежит за кругом, кладет мяч на пол между двумя игроками. Дети хором говорят:

Раз, два, не воронь

И беги как огонь!

Игроки бегут по кругу в противоположные стороны, стараясь раньше напарника схватить мяч. Тот, кто первым добежал и схватил мяч, катит его по кругу. Игра продолжается.

Прокатывать или перебрасывать мяч только рядом стоящему игроку. Нельзя мешать игроку, бегущему за кругом. Выиграл тот, кто первым коснулся мяча

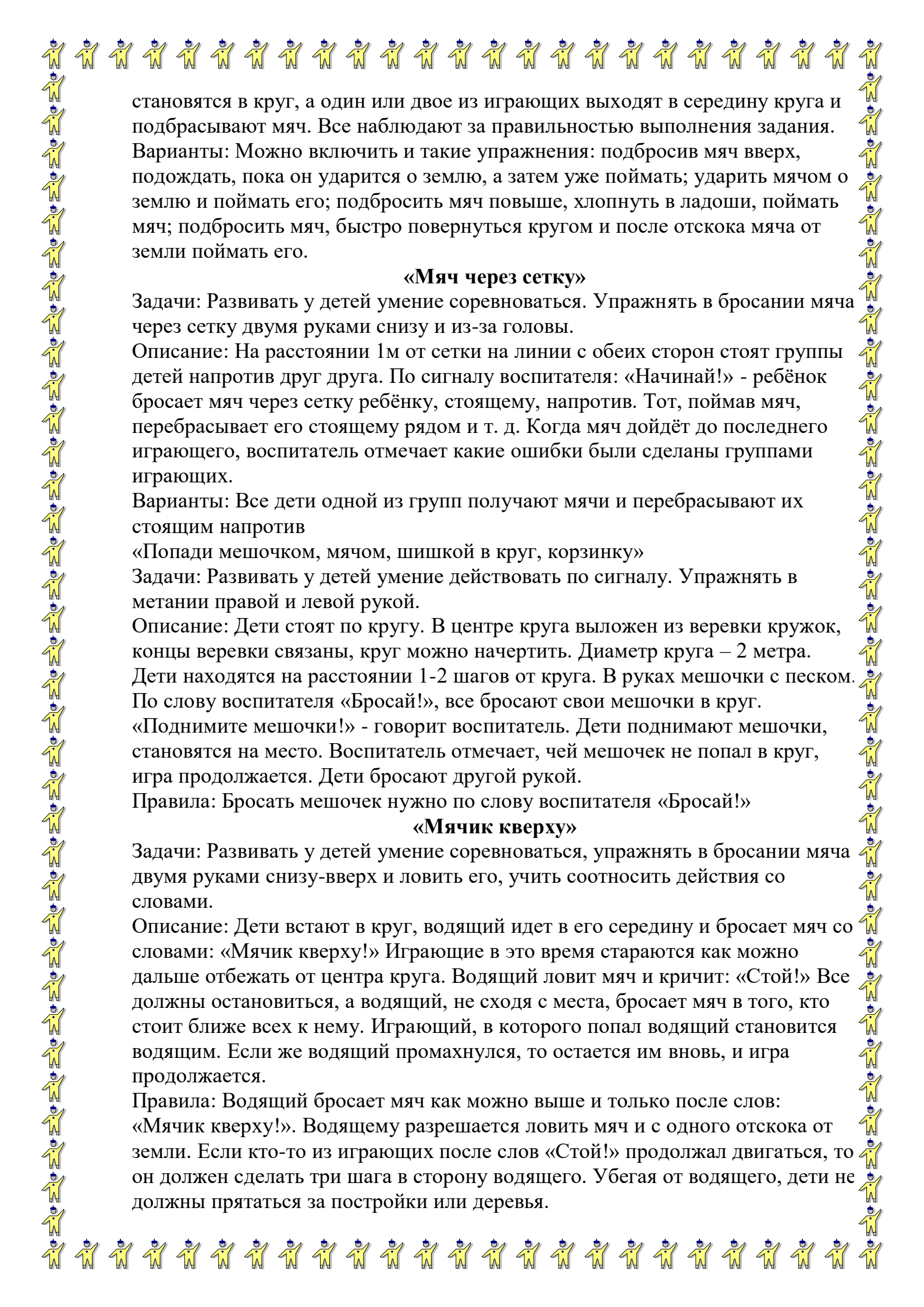
.

### «Подбрось – Поймай» (бросание, ловля мяча)

Задачи: Упражнять в бросании мяча двумя руками снизу-вверх и ловить его.

Описание: Дети свободно располагаются в помещении или на площадке, каждый в руках держит мяч. По сигналу воспитателя: «Начинай!» дети подбрасывают мяч вверх и ловят его. Каждый считает, сколько раз сумеет поймать мяч и не уронить его.

Правила: Дети подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все



становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания. Варианты: Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его.

#### **«Мяч через сетку»**

Задачи: Развивать у детей умение соревноваться. Упражнять в бросании мяча через сетку двумя руками снизу и из-за головы.

Описание: На расстоянии 1м от сетки на линии с обеих сторон стоят группы детей напротив друг друга. По сигналу воспитателя: «Начинай!» - ребёнок бросает мяч через сетку ребёнку, стоящему, напротив. Тот, поймав мяч, перебрасывает его стоящему рядом и т. д. Когда мяч дойдёт до последнего играющего, воспитатель отмечает какие ошибки были сделаны группами играющих.

Варианты: Все дети одной из групп получают мячи и перебрасывают их стоящим напротив

«Попади мешочком, мячом, шишкой в круг, корзинку»

Задачи: Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании правой и левой рукой.

Описание: Дети стоят по кругу. В центре круга выложен из веревки кружок, концы веревки связаны, круг можно начертить. Диаметр круга – 2 метра. Дети находятся на расстоянии 1-2 шагов от круга. В руках мешочки с песком. По слову воспитателя «Бросай!», все бросают свои мешочки в круг.

«Поднимите мешочки!» - говорит воспитатель. Дети поднимают мешочки, становятся на место. Воспитатель отмечает, чей мешочек не попал в круг, игра продолжается. Дети бросают другой рукой.

Правила: Бросать мешочек нужно по слову воспитателя «Бросай!»

#### **«Мячик кверху»**

Задачи: Развивать у детей умение соревноваться, упражнять в бросании мяча двумя руками снизу-вверх и ловить его, учить соотносить действия со словами.

Описание: Дети встают в круг, водящий идет в его середину и бросает мяч со словами: «Мячик кверху!» Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой!» Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Играющий, в которого попал водящий становится водящим. Если же водящий промахнулся, то остается им вновь, и игра продолжается.

Правила: Водящий бросает мяч как можно выше и только после слов:

«Мячик кверху!». Водящему разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих после слов «Стой!» продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего. Убегая от водящего, дети не должны прятаться за постройки или деревья.

