

Житцько З.М.

Белорусский государственный университет физической культуры
Республика Беларусь, Минск

ОРГАНИЗАЦИЯ И СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ 4–6 ЛЕТ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ЭЛЕМЕНТАМ СПОРТИВНЫХ ИГР

Zhytsko Z.M.

Belarusian State University of Physical Culture
Republic of Belarus, Minsk

ORGANIZATION AND CONTENT OF TEACHING PROCESS FOR 4–6 YEARS OLD CHILDREN IN THE PROCESS OF TEACHING THE ELEMENTS OF SPORTS GAMES

ABSTRACT. The article represents the content of the teaching process of sport games elements for children under school age.

KEYWORDS: children under school age; means of physical culture; studies tasks; sport games.

АННОТАЦИЯ. В статье определено содержание занятий по обучению элементам спортивных игр с детьми дошкольного возраста.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: дети дошкольного возраста; средства физической культуры; задачи занятий, спортивные игры.

Значение спортивных игр многогранно, так как они способствуют укреплению крупных групп мышц, совершенствуют психофизические качества. В спортивных играх у детей активизируется умственная деятельность, ориентировка в пространстве, развивается сообразительность, мышление. В процессе игры происходит осознание собственных действий, воспитывается сдержанность, самообладание, ответственность, решительность, обогащается сенсомоторный опыт, развивается творчество. Программными документами, которыми руководствуются учреждения дошкольного образования в Республике Беларусь, предусмотрено освоение элементов спортивных игр (футбол, баскетбол, бадминтон, хоккей, городки и др.) [2].

Учебной программой дошкольного образования для детей 5–6 лет предусмотрены следующие упражнения в бросках, ловле, метании резинового мяча: подбрасывание мяча вверх и ловля его одной и двумя руками; ловля мяча после отскока о землю; перебрасывание мяча друг другу из различных исходных положений (стоя, сидя, присев, лежа), с отскоком мяча от пола; перебрасывание через сетку; отбивание мяча от пола (не менее 10 раз подряд) на месте и с продвижением вперед (на 5–6 м); метание мяча в горизонтальную или вертикальную цель правой, левой рукой [4].

Программой также предусмотрены следующие элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди; ведение мяча правой/левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; освоение командной игры по упрощенным правилам; футбола в весенний и летний периоды: прокатывать мяч пра-

вой/левой ногой в заданном направлении; обводить мяч вокруг предметов; отбивать мяч о стенку несколько раз подряд; закатывать мяч в ворота; передавать мяч ногой друг другу в парах [4].

Организация дополнительных занятий позволяет освоить упражнения с мячом в игровой деятельности и научить детей играм в «Баскетбол» и «Футбол» по упрощенным правилам.

Целью обучения детей является воспитание здорового, жизнерадостного, физически совершенного, творчески развитого ребёнка. В соответствии с целью учебной программы дошкольного образования предусмотрено решение следующих задач: 1) укреплять состояние здоровья детей, воспитывать двигательные качества, повышать устойчивость детского организма к изменениям условий внешней среды; 2) формировать интерес к различным двигательным действиям с мячом и к различным видам спортивных игр (футболу, баскетболу, волейболу, теннису); 3) развивать общие и специальные физические способности, обогащать двигательный опыт детей с мячом; 4) учить использовать физические упражнения с мячом в самостоятельной двигательной деятельности [2].

У детей 4–6 лет при систематическом обучении значительно улучшаются умения владения мячом, дети свободно держат мяч, передают, бросают; умеют следить за его полетом и устремляются в сторону летящего мяча, стараясь его поймать или отбить ракеткой. Такие движения с мячом, как перебрасывание друг другу и ловля различными способами, броски, ведение мяча в беге, ходьбе, боковым галопом у детей становятся правильнее, свободнее достигается определенный уровень выполнения упражнений, они подчиняют свою деятельность сознательно поставленной цели.

В играх и действиях с мячом совершенствуются основные движения. Дети не только бросают и ловят мяч, забрасывают его в корзину, бросают на дальность и в цель, но и выполняют эти движения в ходьбе и беге, сочетают с прыжками, выполняют движения в постоянно изменяющихся игровых ситуациях. Упражнения с мячами различного веса и объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для шестилетнего ребенка, готовящегося к обучению в школе.

Для стимулирования развития двигательных способностей, обучения игровой деятельности с мячом детей 4–6 лет и повышения влияния на организм детей на дополнительные занятия с мячом необходимо учитывать ряд факторов, среди которых: 1) успешность игровой деятельности зависит от умения владеть мячом и целесообразно реагировать на игровую ситуацию; 2) освоение элементов техники (передачи, ловли, ведения, бросков мяча) должно создавать основу техничного выполнения двигательных действий за счет выполнения специальных упражнений; 3) игровые задания способствуют формированию у детей чувства мяча, его веса и упругости, точности движений и пространственной ориентации; 4) умение ориентироваться в пространстве необходимо в играх с мячами [3].

При проведении подготовительных и подводящих упражнений учитывают сформированные умения детей (легко справляются с ловлей мячей, отскочивших от пола; мячей, летящих на уровне груди; сложность представляет ловля мячей, падающих сверху). Эти упражнения необходимы для активного участия в играх с мячом. Приемы обучения действиям с мячом комбинируют в различном сочетании, обеспечиваю-

щем, с одной стороны, всестороннее воздействие на все анализаторы при восприятии заданий детьми, и, с другой стороны, сознательность и самостоятельность выполнения двигательных заданий. Наглядность заключается в четком показе образца движения или его отдельных двигательных элементов, который эмоционально выполняется руководителем физического воспитания в медленном темпе от начала до конца, что позволяет детям воспринимать целостный образ движения в его динамике. После этого дети самостоятельно воспроизводят действие, слушая указания педагога. Целесообразное сочетание наглядных и словесных методов обучения при обучении детей, их взаимосвязь обеспечивают, с одной стороны, конкретность и образность восприятия движений, а с другой – осознанное детьми выполнение двигательных заданий.

Следует отметить, что удачное выполнение упражнений с мячом и своевременное поощрение взрослыми способствуют созданию у детей эмоционально-положительного настроения, определяющего успех формирования двигательных умений владения мячом.

Подбор физических упражнений для занятий в кружке «Школа веселого мяча» основан на реализации принципов научности, развития личности ребенка в деятельности, доступности, систематичности и последовательности, личностно-ориентированного подхода.

При выполнении комплексов упражнений с мячом занятия проводят фронтальным и поточным способами. Фронтальный способ является лучшим для коллективного выполнения упражнений, когда все дети одновременно выполняют распоряжение или команду педагога. Преимущество данного способа состоит в достижении высокой плотности занятия. Поточный способ дает возможность наблюдать за индивидуальным выполнением упражнений и своевременно вносить соответствующие коррективы, так как дети одно и то же задание выполняют по очереди, один за другим, непрерывным потоком.

Осваивая задания и игры с бросками мяча, метанием, целесообразно использовать мячи малого размера (мячи для большого тенниса); там, где выполняют катание, выбивание – мячи средней величины (футбольные); в упражнениях и играх с преимущественным выполнением передач, ловли, ведения – большие мячи (баскетбольные). Это способствует более быстрому и правильному освоению разучиваемых двигательных действий [1].

Программа обучения детей элементам спортивных игр (футбол, баскетбол) в кружке «Школа веселого мяча» рассчитана на 2 года. На 1-м году обучения – этапе начальной подготовки – решают задачи: укрепления здоровья и развития основных физических качеств, формирования интереса к различным двигательным действиям с мячом; ознакомления с игрой (баскетбол, футбол); обучения простейшим видам парного взаимодействия; разучивания элементов техники; развития координации движений, глазомера, ориентировки в пространстве. Дети обучаются и осваивают следующие действия: правильно держать мяч; передвигаться с мячом в ходьбе и беге; осуществляют ведение мяча одной рукой (ногой в футболе); передачу мяча друг другу различными способами; ловлю и броски мячей разного диаметра. На 2-м году обучения – этапе специальной подготовки решают задачи: ознакомления с игрой (баскетбол, футбол), историей возникновения; формирования интереса к игровым видам спорта; совершенствования индивидуального мастерства в работе с мячом; развития

физических качеств и способностей; совершенствования техники ведения, передачи мяча; обучения технико-тактическим действиям; ознакомления с правилами игры и обучения командной игре по упрощенным правилам; развитие точности и координации движений, быстроты реакции, глазомера; расширение объема двигательной активности; адаптация к физической нагрузке, воспитания целеустремленности, выдержки, уверенности, решительности в своих действиях. Дети осваивают следующие действия: передачу мяча одной рукой (ногой) различными способами с места и в движении, броски (остановку) мяча, в прыжках; технические и тактические приемы ведения мяча в игре; игру по упрощенным правилам. Дополнительные занятия в кружке «Школа веселого мяча» проводят 2 раза в неделю во 2-й половине дня [3].

Организация игры в баскетбол детей дошкольного возраста. Для организации игры с детьми дошкольного возраста используется облегченный мяч для мини-баскетбола или детские резиновые мячи, близкие по размерам к баскетбольным (диаметром 18–20 см, массой 450 гр). В баскетбол играют две команды, каждая из которых состоит из 5 играющих на площадке и нескольких запасных игроков. Педагог может менять игроков в течение всей игры.

Игра состоит из двух таймов по 5 мин и 5-минутного перерыва между ними. За каждый заброшенный в корзину мяч команде начисляется 2 очка. Игра начинается с розыгрыша начального броска: педагог подбрасывает мяч вертикально между игроками. После того как мяч достигнет высшей точки, дети могут касаться его руками. Так же разыгрывается спорный мяч. Мяч, пересекший во время игры боковую или лицевую линии, считается вышедшим из игры. В этом случае его вновь вводят в игру вбрасыванием с того же места, где он пересек линию, игроком противоположной команды. Мяч считается вышедшим из игры от игрока, последним дотронувшимся до него. Если педагог сомневается, кто последний коснулся мяча, назначается спорный бросок [5].

Детей необходимо приучать выполнять некоторые правила игры: игрок может сделать с мячом не более трех шагов (если ребенок не передал мяч, то с третьим шагом должно выполняться ведение), нельзя вести мяч двумя руками одновременно или бежать с ним без ведения, запрещается хватать соперников за одежду, за руки, толкаться.

Организация игры в футбол детей дошкольного возраста. С детьми дошкольного возраста проводится упрощенный вариант игры. Размер площадки с травяным покрытием составляет не более 24 м в длину и 18 м в ширину. Поперек нее отмечаются средняя линия и центральный круг диаметром 5 м (вся разметка делается мелом). На концах площадки ставятся ворота высотой 2 м, шириной 3 м на ее углах и на месте пересечения средней и лицевых линий ставятся яркие флажки высотой 0,80–1 м.

Для игры в футбол для детей дошкольного возраста используется облегченный мяч меньших размеров (желательно кожаный или пластиковый, но не резиновый). Лучший вариант – стандартный волейбольный мяч. Каждая команда состоит из 5–8 детей (чем меньше размеры площадки, тем меньше игроков в команде) и нескольких запасных. Игра продолжается 10 минут с 10–15-минутным перерывом [5].

Перед началом игры проводится жеребьевка, с помощью которой определяется сторона площадки или начальный удар. Мяч для начального удара ставится на землю в центре поля. Игра начинается по сигналу судьи одним из игроков команды, который

назначается капитаном. Игроки команды соперников должны располагаться за линией центрального круга [1].

Правила игры имеют некоторые особенности. Здесь не применяются пока недоступные детям угловой удар, положение вне игры, штрафные и свободные удары. Игроки имеют право вести мяч ногой, передавать его товарищу при игре, забивать мяч в ворота. Все действия с мячом выполняются **только** ногами. Касание мяча головой или туловищем не считается ошибкой, а руками трогает мяч только вратарь. Кроме того, педагог может сам ввести некоторые ограничения (правила) в соответствии с поставленными задачами.

Практика проведения дополнительных занятий, на которых основное внимание уделяли обучению детей элементам спортивных игр, (баскетбол, футбол), оценка эффективности по результатам освоения технических элементов из видов спорта и демонстрация элементов игры по упрощенным правилам, свидетельствовали о необходимости более широкого внедрения содержания занятий с элементами видов спорта в практику работы учреждений дошкольного образования. Содержание дополнительных занятий физическими упражнениями с элементами видов спорта способствовали оптимальному развитию физических качеств, умению детей ориентироваться в пространстве, быстро принимать решения в соответствии с игровой ситуацией.

1. Адашкявичене, Э. Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду : кн. для воспитателя дет. сада / Э. Й. Адашкявичене. – М.: Просвещение, 1992. – 159 с.

2. Житько, З. М. Организация дополнительных занятий по обучению детей элементам спортивных игр / З. М. Житько // Минская школа сегодня. – 2011. – № 3. – С. 52–56.

3. Житько, З. М. Содержание дополнительных занятий в школе весёлого мяча с детьми дошкольного возраста / З. М. Житько // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма в начале III тысячелетия: материалы I Междунар. науч. практ. конф., Мозырь, 13–14 апр. 2006 г. / Мозырь. гос. пед. ун-т, науч. исслед. ин-т регион. проблем реабилитации и народ. культуры. – Мозырь, 2005. – С. 27–28.

4. Учебная программа дошкольного образования / М-во образования Респ. Беларусь. – Минск: НИО; Аверсэв, 2013. – 416 с.

5. Шпак, В. Г. Элементы спортивных игр в детском саду: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкол. образования / В. Г. Шпак. – Минск: Минфин, 2004. – 138 с.