

«Приобщение к занятиям
спортом старших
дошкольников в детском саду и
семье»





В рамках педагогической деятельности, связанной со спортом, можно выделить две его составляющих:

- воспитание позитивного отношения к спорту (приобщение к спорту);
- воспитание посредством спорта (использование спорта в воспитательных целях)

Основные направления в работе по теме:

1. Помогать детям ориентироваться в спортивной жизни, в мире спортивных явлений;
2. Воспитывать у детей нравственные качества посредством спорта.
3. Воспитывать стремление совершенствовать свои физические качества (силу, ловкость, выносливость и т. д.).
4. Прививать ребёнку любовь к спортивным играм, сделать всё, чтобы спортивные игры вошли в жизнь ребёнка и стали методом достижения эффекта здорового отдыха-развлечения, организации интересного эмоционально настроенного досуга в последующей жизни.

- На занятиях с детьми, посвящённых спортивным играм, целесообразно использовать **теоретическую** подготовку, в которой даётся на доступном для дошкольников уровне информация на темы:
- История возникновения игр;
- История олимпийского движения;

- Достижения и успехи Москвы, России в спорте;
- Беседы о выдающихся спортсменах;
- Показ иллюстраций, фотографий, слайдов о спорте и спортсменах;
- КВН и викторины на темы спорта.



Важная роль в деле воспитания у детей
старшего дошкольного возраста
положительного отношения к спорту
принадлежит спортивным играм.

Значение обучения элементам
спортивных игр состоит в том, что
спортивные игры
способствуют:

- Совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной);
- Улучшению физического развития, физической подготовленности детей;

- Воспитанию положительных морально-волевых черт характера;
- Созданию благоприятных условий для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи;
- Развитию инициативы, организаторских способностей, дисциплинированности;

- Формированию интереса к физической культуре, потребности к самостоятельным занятиям;
- Удовлетворению биологической потребности в движениях;
- Воспитанию любви к спорту.

Бадминтон

- Отбивание волана ракеткой сверху вниз;
- Направление волана в заданную зону;
- Передача волана в парах ударами сверху и снизу;
- Игра с воспитателем и друг с другом через сетку.



Баскетбол

- Передача мяча двумя руками снизу, из-за головы, от груди, одной рукой от плеча;
- Ведение мяча правой и левой рукой стоя на месте и в движении;
- Ведение мяча по кругу, в заданном направлении;

- Ведение мяча правой и левой рукой;
- Ведение мяча змейкой между предметами;
- Обводка предметов;
- Броски мяча в кольцо двумя руками от груди, одной от плеча;
- Игра по упрощённым правилам.





Футбол

- Ведение мяча по прямой, по кругу с обводкой предметов;
- Удары по мячу;
- Передача мяча друг другу;

- Попадание мячом в предмет, в ворота с 3-4м;
- Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой;
- Подбивание мяча бедром, стопой;
- Игра по упрощённым правилам.





Футбол на снегу



Хоккей

- Ведение шайбы в разных направлениях;
- Передача шайбы друг другу;
- Остановка шайбы клюшкой;
- Обводка предметов;
- Забивание шайбы в ворота с 2-3м;
- Игра по упрощённым правилам.



Лыжи

- Перенос и надевание лыж;
- Подготовительные упражнения на лыжах (управление лыжами на месте, приставные шаги стоя в шеренге, приседания на лыжах, повороты на месте, направо, налево, невысокие подпрыгивания на месте и т.д.);
- Ходьба на лыжах переменным шагом;

- Прохождение определённой дистанции за меньшее число шагов;
- Выполняют 3-4 быстрых шага и скользят на двух лыжах на полусогнутых ногах как можно дальше;
- Подъём на невысокую горку лесенкой, ёлочкой и спуск с горы в низкой и высокой стойке, торможение.









Санки. Ледянки.

- Поднимать во время спуска заранее положенный предмет;
- Проезжать в воротца;
- Попадать снежком в цель, скатываясь с горы;
- Участвовать в играх-эстафетах с санками.









В исходном пункте спортивного воспитания дошкольников важно:

- Пробудить интерес к спорту;
- Желание побольше узнать о нём;
- Попробовать себя в спортивных играх и соревнованиях;
- Вызвать у детей стремление стать более сильными, ловкими, меткими и т. д., для того, чтобы успешно участвовать в этих играх, т.е.

пробудить мотивацию к спорту.