

ИГРЫ С МЯЧОМ

«Кати мяч в ворота!»

(Младший дошкольный возраст)

Цель: Обучить детей горизонтальному метанию (прокатыванию) двумя руками

Правила: По очереди прокатывать мяч, чтобы он прокатился в ворота

Ход игры: Дети сидят на стульчиках. Посередине площадки делают ворота (воспитатель ставит два стульчика). Напротив ворот с каждой стороны на расстоянии 1 - 1,5 м начертить по линии. Воспитатель зовет кого-нибудь из детей на одну из этих линий, сам встает напротив ребенка на второй линии и катит мяч через ворота. Ребенок ловит мяч, катит его назад воспитателю и садится на место. Дальше выходит следующий ребенок. Игра заканчивается, когда все дети перекачают мяч через ворота.

Пособия: Ворота

Место проведения: В спортивном зале ДОУ

Усложнение: Дети должны прокатить мяч одной рукой

«Принеси мяч!»

(Младший дошкольный возраст)

Цель: Обучить детей метанию одной рукой из-за головы

Правила: Догонять мяч и бросить его как можно дальше

Ход игры: Дети сидят на стульчиках, поставленных с одной стороны площадки; на расстоянии 2 -3-ёх шагов нарисована линия. Воспитатель вызывает 5 - 7 детей, которые встают на линию на определенном расстоянии один от другого. Рядом с ними встает воспитатель, у которого в корзине мячики по количеству вызванных детей. На слова воспитателя: «Раз, два, три, бегите!» и бросает вперед все мячи из корзины. Дети бегут за мячами, каждый догоняет определенный мяч, поймав его, подходит к воспитателю и кладёт мяч в корзину. Затем дети садятся на свои места. На линию выходит следующая группа детей. Игра заканчивается, когда все дети принесут мячи воспитателю.

Пособия: Стульчики по количеству играющих, мячики небольшого диаметра

Место проведения: В спортивном зале ДОУ

Усложнение: Дети должны бросать поочередно правой и левой рукой.

«Передай мяч»

(Младший дошкольный возраст)

Цель: Подготовить мускулатуру детей для такого основного движения, как метание из-за головы

Правила: Передавать мяч в указанном направлении

Ход игры: Дети вместе с воспитателем стоят в кругу. У воспитателя в руках большой цветной мяч, он поднимает его вверх и говорит: «Яна» (свое имя), поворачивает туловище вправо или влево (за договоренностью) и, передавая мяч ребенку называет ее имя (например Андрей). Ребенок, который получает мяч, поднимает его вверх, говорит свое имя – «Андрей», и, передавая мяч своему соседу, называет его имя – «Сережа» и т. д.

Игра заканчивается, когда мяч снова попадет к воспитателю.

Пособия: Большой цветной мяч

Место проведения: В спортивном зале ДОУ

Усложнение: При повторении игры мяч передается в другом направлении.

«Цыпленок мяча»

(Младший дошкольный возраст)

Цель: Обучить детей горизонтальному метанию (прокатыванию) двумя руками

Правила: Догонять мяч и бросить его как можно дальше

Ход игры:

Дети сидят на ковре полукругом. Воспитатель встает на расстоянии 1 - 2 м от детей и катит мяч каждому игроку по очереди. Дети ловят мяч обеими руками и катят мяч обратно воспитателю.

Пособия: Мяч

Место проведения: В группе, спортивном зале ДОУ

«Маленький мяч догоняет большой»

(Младший дошкольный возраст)

Цель: Подготовить мускулатуру детей для такого основного движения, как метание двумя руками снизу

Правила: Передавать мячи в указанном направлении двумя руками между ног

Ход игры: Дети встают в круг. Воспитатель стоит рядом с ними и подает большой мяч ребенку, который стоит с правой стороны. Дети передают мяч по кругу. Когда мяч будет приблизительно у пятого ребенка, воспитатель дает детям мяч, но уже маленький. Дети его тоже передают по кругу. Игра заканчивается только тогда, когда оба мяча будут у воспитателя. Воспитатель отмечает детей, которые правильно и быстро передавали мяч. При повторении игры воспитатель дает мячи с левой стороны.

Пособия: Один большой мяч и один маленький мяч

Место проведения: В спортивном зале, группе ДОУ

Усложнение: При повторении игры мячи передаются в другом направлении

«Попади в предмет»

(Средний дошкольный возраст)

Цель: Обучить детей метанию поочередно правой и левой рукой из-за головы

Правила: Попасть в мишень

Ход игры:

Дети сидят вдоль комнаты. В центре комнаты нарисован круг (диаметром 1,5 - 2 м). В середину круга поставить ящик (высотой 40 см). В ящик положить по два мяча или два мешочка (наполненных песком) на каждого ребенка. Воспитатель берет 4 - 5 детей, которые подходят к ящику, берут по два мяча и встают на линию круга на расстоянии 1 м от ящика и на определенном расстоянии один от другого. На сигнал «раз» дети все вместе бросают мячи правой рукой в ящик (цель). На сигнал «два» - бросают мячи левой рукой. Игра заканчивается, когда дети бросят по два мяча каждый.

Пособия: По два мешочка одного цвета, для каждого ребёнка, весом 100 - 200 г

Место проведения: В спортивном зале ДОУ **Усложнение:** Дети должны бросить мешочки с закрытыми глазами

«Кто дальше бросит?»

(Средний дошкольный возраст)

Цель: Обучить детей метанию поочередно правой и левой рукой из-за головы

Правила: Догонять мяч и бросить его как можно дальше

Ход игры:

Дети сидят на стульчиках на расстоянии 1- 2 м от данной линии. Воспитатель заранее кладет на линии, для каждого из детей, по два мешочка одного цвета (вес мешочков 100 - 200 г). Дети, которых зовет воспитатель (можно звать по 5 -4 человека), взявши в руки по мешочку, встают на линию на расстоянии вытянутых рук один от другого. По сигналу воспитателя дети бросают мешочек вперед правой рукой, а второй левой. Воспитатель отмечает детей, которые кинули дальше. Дети подбирают мешочки и кладут их на места. За ними бросают мешочки другие дети. Игра заканчивается после того, как

все дети примут участие в игре. **Место проведения:** В спортивном зале ДОУ
Усложнение: Дети должны не просто бросить, а попасть в крупную мишень

«Попади в обруч!»

(Средний дошкольный возраст)

Цель: Обучить детей метанию поочередно правой и левой рукой из-за головы, развитие меткости

Правила: Попасть в вертикальную цель - обруч

Ход игры: Поделить детей на колонны и посадить на противоположных концах вдоль комнаты. Посередине комнаты поставить две цели (вертикальные). Перед каждой целью положить на линию по два мешочка (весом 150 г). Расстояние от цели до линии 1,5 - 2 м. К линии выходят дети с двух колонок, берут мешочки в правую руку и на определенный сигнал воспитателя «раз» бросают мешочки в цель. Затем берут мешочки в левую руку и на повторный сигнал "раз" бросают мешочки в цель левой рукой. Затем мешочки собирают и кладут на линию, садятся на свои места. Воспитатель отмечает, кто из детей попал в обруч. Далее идут бросать остальные дети с обеих колонн и т. д. Игра заканчивается, когда все дети бросят мячи в цель.

Пособия: По два мешочка одного цвета, для каждого ребёнка, весом 100 - 200 г

Место проведения: В спортивном зале ДОУ

Усложнение: Дети должны бросить мешочки с закрытыми глазами

«Кому катить мячик?»

(Средний дошкольный возраст)

Цель: Обучить детей горизонтальному метанию (прокатыванию) двумя руками

Правила: Сбить мячом прокатанные кубики

Ход игры: Дети делятся на четыре группы. Каждой группе выбирается определенный цвет: красный, зеленый, синий, желтый. По середине площадки начертана линия, на которой лежат мячики по два на каждого ребенка. На расстоянии одного метра от этой линии начертана вторая, параллельная линия, на которой стоят кубики (на расстоянии 10 - 20 см один от другого). На поднятый воспитателем флаг, например, красного цвета, дети, которым определил воспитатель красный цвет, берут мячики в правую руку и встают напротив своих кубиков. На сигнал воспитателя «раз» дети катят мячики в направлении кубиков, на сигнал «два» катят левой рукой. Воспитатель отмечает детей, попали по кубику. Дети собирают мячики и кладут их на линию, затем садятся на свои места. На поднятый флаг другого цвета, например, зеленый, выходят дети, у которых зеленый цвет, и игра продолжается. Игра заканчивается, когда все группы детей прокатят мячики к кубикам. Воспитатель отмечает группу детей, у которой было больше попаданий и сбито кубиков.

Пособия: Мяч, кубики

Место проведения: В спортивном зале ДОУ

Усложнение: Вводится соревновательный момент на время между командами

«Два мяча»

(Средний дошкольный возраст)

Цель: Подготовить мускулатуру детей для такого основного движения, как метание двумя руками из-за головы

Правила: Передавать мячи в указанном направлении двумя руками над головой

Ход игры: Дети стоят по кругу на расстоянии вытянутых рук один от другого. Воспитатель дает два мяча детям, которые стоят рядом. На команду "раз" дети начинают передавать мячи, по верху, один с правой стороны от себя, а другой - с левой. Когда мячи встретятся у детей, которые стоят рядом, эти дети выходят на середину круга, бросают мяч в мишень, догоняют его, с мячом подходят к детям, которые стоят в кругу рядом, и

дают им мяч, а сами встают на свои места. Игра продолжается. Воспитатель отмечает детей, у которых мяч при передачи другому ни разу не упал.

Пособия: Два мяча одинакового размера

Место проведения: В спортивном зале ДОУ

Усложнение: При повторении игры мячи передаются в другом направлении.

Литература: О.Е. Громова. Спортивные игры для детей. М. 2009.