МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ

ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА №88»

Выступление из опыта работы

«Мини – волейбол как средство физического воспитания»

Составила

Инструктор по

физической культуре

Гафиятуллина Э.И.

Республика Татарстан

г. Нижнекамск

Формирование здоровья детей полноценное развитие их организма – одна из основных проблем в современном обществе. В период дошкольного детства закладываются основы здоровья, всесторонней физической подготовленности и гармонического физического развития, формируются все важнейшие двигательные навыки и умения. Особую роль играет в это время физическое воспитание, в процессе которого происходит знакомство с наиболее рациональными способами выполнения движений, так как именно они являются естественным стимулом жизнедеятельности организма, тренировки всей его системы. Природа дала ребенку врожденное стремление к движению, снабдив очень ценным чувством - чувством «мышечной радости» которое он испытывает, двигаясь. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Ведь играть для них - это, прежде всего, двигаться и действовать.

За время своей работы я обратила внимание на то, что детям очень нравятся спортивные игры и соревнования. Они с удовольствием ждут их и принимают в них активное участие. Выбор спортивных игр и игровых упражнений на занятиях с детьми дошкольного возраста традиционен - баскетбол, футбол, теннис, бадминтон.

Современные тенденции обуславливают появление новых и нетрадиционных, в массовом физкультурном движении, спортивных игр, к которым можно отнести мини-волейбол по-японски. Несмотря на то, что это относительно «молодой» вид спорта, он получил большую популярность среди самых разных по возрасту и роду занятий людей.

Мини-волейбол значительно проще и доступнее классического волейбола и большинства других спортивных игр. Особую значимость имеет рекреативная и коммуникабельная функция игры. В связи с этим возникает потребность включения данного вида состязаний в учебный процесс по физическому воспитанию дошкольников.

Однако в теории и методике физического воспитания дошкольников отсутствует методика обучения спортивной игре - волейбол. В нашей стране волейбол считается народной игрой. Его любят миллионы людей за лучшие качества всех спортивных игр, простоту и зрелищность, доступность, и эмоциональность и, главное, за способность увлечь и влюбить в себя любого человека. Игра в волейбол закаляет волю, вырабатывает настойчивость, целеустремленность, способность быстро принимать решения.

Волейбол воспитывает командный дух, ведь каждый член команды знает, что общий результат зависит и от его действий. В волейбольной команде есть специализация: кто-то подает, кто-то блокирует удар соперника, кто-то его принимает, кто-то подстраховывает, кто-то бьет сам. В то же время, члены команды периодически меняются местами, то есть они должны уметь неплохо делать все перечисленное, быть взаимозаменяемыми. Ситуация в игре быстро меняется, значит, члены команды должны доверять друг другу и понимать товарища без слов, быстро принимать решения. В волейболе сочетаются универсальность и взаимозаменяемость, доверие и право на риск, подстраховка и взаимопомощь. Так что волейбол - отличное занятие для детей дошкольного возраста.

Правильно организованная игра в волейбол является отличным средством всестороннего физического развития дошкольников. Игра в волейбол эмоциональная и привлекательная. Детям она доставляет радость, их удовлетворяет характер двигательной деятельности. В ней мобилизуются силы детей для решения игровых задач, проявляется смелость, находчивость, личная инициатива. Игра в волейбол способствует развитию крупных мышечных групп (при выполнении бега, прыжков, действий с мячом), быстроте реакции, особенно сложной, на движущийся объект, ориентировке в пространстве. Отличительная черта волейбола – разнообразие движений и игровых ситуаций, что устраняет опасность переутомления детей, появляется возможность самим детям регулировать темп двигательной активности.

В детском дошкольном учреждении волейбол практически напоминает пионербол. Мяч для игры следует использовать большой и легкий, лучше всего - хорошо надутый детский пляжный мяч. Сущность игры заключается в том, что каждая из двух команд стремится точно разыграть мяч руками и направить его через сетку на сторону противника нападающим ударом. Играть с дошкольниками в волейбол необходимо по упрощенным правилам и только после хорошей подготовки и систематических занятий в волейбольной кружковой деятельности. Всем этим требованиям замечательно соответствует спортивная игра мини-волейбол по-японски с простыми и доступными правилами и легким мячом. Легкий мяч снижает травматизм, а низкая сетка делает возможным выполнение технических приемов всеми, независимо от возраста, пола и уровня физической подготовленности.

Обучение спортивной игре и упражнениям протекает более успешно при реализации всех обще дидактических принципов. Особенно важно обеспечить доступность учебного материала и индивидуальный подход к детям.

Целесообразно использовать подводящие упражнения, которые помогут быстрее научить детей избранному двигательному действию.

Мини-волейбол – это гармоничное развитие личности с ранних лет. Он развивает ловкость, прыгучесть, координацию движений, выносливость, глазомер и физическую силу.

Но самое главное-эта игра помогает строить добрые отношения, благотворно влияет на развитие жизненно важных качеств.

Обучить ребенка чему-то - очень сложный процесс. Но главное любить свое дело. Стараться так построить работу с детьми, чтобы они не только упражнялись, активно отдыхали, получали физическую нагрузку, но и полюбили физическую культуру и спорт.

Согретое теплотой личного убеждения слово воспитателя быстро проникает в душу ребенка и становится притягательной силой к физической культуре.

Не нужно ставить цель воспитать олимпийского чемпиона, просто порадуйтесь вместе с ребенком его маленьким достижениям, похвалите его и тогда занятия доставят и вам и малышу огромные удовольствия.