

Програма за провеждане на подвижни игри с топка

Игровата дейност е едно от основните средства за реализиране на образователния процес по физическа култура в детската градина. Игрите могат да бъдат с топка, с противодействие, щафетни, с организиращ, лекоатлетически, гимнастически, успокоителен характер. Целта на подвижните игри с топка е формиране на физически здрави деца, психически устойчиви и полезни за себе си и за обществото личности. Като цяло физическото възпитание е организиран педагогически процес, целящ не само добра двигателна кондиция, но и отлично физическо и емоционално здраве на децата.



Подвижните игри с топка са в основата на обучението в началната образователна степен, в края на която децата трябва да получат начална спортна грамотност. Наборът от игри и упражнения, които децата изпълняват имат комплексен характер на въздействие върху двигателните качества. Принципите на които се базират подвижните игри са всеостранност и хармоничност на физическото развитие на децата, оздравително-

1009

профилактична насоченост на въздействието и развлекателно-емоционален характер. Подвижната игра с топка като творческа мисловно-двигателна дейност, подчинена на определен сюжет, чрез която се решават определени двигателни задачи в динамично променящи се ситуации за постигане на индивидуална или колективна цел, се явява едно от основните средства, метод и организационна форма за реализиране на целите и задачите на образователно-възпитателния процес.



Структурата на подвижната игра включва многообразие от прости или по-сложни движения, които заредени с емоционален заряд, са в основата на реализиране на учебно-възпитателния процес. В детската градина, подвижните игри може да се разглеждат и като фактор за въздействие върху детското развитие. Подвижната игра като средство и игровият подход като форма са едни от пътищата за двигателно обучение в учебно-възпитателния процес. Правилното използване на подвижните игри с топка и без топка като средство за двигателно обучение с сопределин обем и интензивност, отговарящ на възрастта на

A handwritten signature or scribble in the bottom left corner of the page, consisting of several loops and lines.

децата, може да повлияе и да въздейства върху двигателните качества (кондиционните особености), част от които в тази възраст са в сензитивен период на своето развитие. Физическата активност на децата е основно средство за запазване на добро здраве и ограничаване на все по-често срещани заболявания, нехарактерни за тази възраст.



Основни характеристики на подвижните игри:

- Функционално натоварване, което оказва играта, има вариативен характер. Въздейства положително върху отделните системи на човешкия организъм (дихателна, кръвоносна, сърдечно-съдова). Недостатък е, че по-трудно се контролира, поради състезателния елемент в повечето от тях, но тук идва ролята на треньора да намери точния баланс в последователността на провеждане на отделните

п

игри, съобразен с възрастовите особености и възможности на играещите.

- Комплексност на въздействие – дава възможност за въздействие върху двигателните особености. Чрез функционално натоварване, което оказват подвижните игри, те влияят пряко върху кондиционните способности (двигателните качества)
- Емоционалност и удовлетвореност – емоционалните преживявания особено след положителен краен резултат са позитивни. Дори и при временен неуспех, играещите се зареждат с допълнителна амбиция, което ги стимулира за по-добро представяне в следващите етапи. Всички променливи ситуации, фигуриращи в игрите и неочакваността от крайния резултат, поддържат висока емоционалност.
- Комуникативност – изразява се най-вече в отношението и взаимодействието между играещите. Тъй като в по-голямата си част игрите имат колективен характер, отговорността при изпълнение на всеки участник е подчинена на основната цел – положителен краен резултат.
- Неизвестността – основна черта на подвижните игри, а и най-интригуваща. Нейното реализиране зависи от материалната база, уредите и пособията, възможностите на децата, постоянно променящи се ситуации, творческото въображение на треньора.
- Многообразие – над 200 игри и над 100 варианта
Подвижните игри с топка са най-емоционалните в игровата дейност на децата. Състезателният елемент поддържа желанието за игра и удовлетвореността от участие в тях. Те са отлично средство за повишаване интензивността и



плътността в урока, от една страна, овладяване и затвърдяване на определени двигателни умения, от друга.



Подвижните игри с топка се разделят на игри с правила и игри без правила. Игрите с правила са подчинени и пряко насочени на определен вид спорт. Чрез игрите без правила се цели подготовка на децата към игрите с правила. В игрите с топка без правила игровите действия са насочени към двигателни умения и навици, свързани с ловене, подаване и хвърляне. Тук се цели техника на изпълнение на точно определено двигателно действие. Игрите с топка без правила започват и завършват след подаден сигнал от треньора.

Щафетни игри – отборни игри със задължително условие отборите да имат равен брой играчи. Най-

A blue handwritten signature or mark.

характерното за щафетните игри е това, че крайният резултат е сумарен от постиженията на всеки играч поотделно. Финалът на изпълнението на един участник в играта е сигнал за началото на друг. Щафетните игри са винаги колективни със стремеж всеки отбор да спечели крайната победа. Състезателният характер на игрите поставя участниците в условията на пълна мобилизация на силите.



Подвижните игри с топка са насочени към подготовката на учениците за основните видове спорт с топка – ФУТБОЛ, баскетбол, волейбол, хандбал.

Спрямо възрастта на децата, подвижните игри с топка се разделят на 5 групи:

1 група – подвижни игри с топка, подходящи за 3-годишни

Handwritten signature or initials in blue ink.

2 група – подвижни игри с топка, подходящи за 4-годишни

3 група – подвижни игри с топка, подходящи за 5-годишни

4 група – подвижни игри с топка, подходящи за 6-годишни

5 група – подвижни игри с топка, подходящи за 3,4,5,6-годишни



Първа група – използват се игри с организационен характер. Целта е децата да се научат да изпълняват команди свързани с организация във времето и пространството, както и елементарни игри за ловкост. Тук игрите са с по-малка продължителност и по-лесни условия, тъй като децата в тази възраст трудно задържат вниманието

си и бързо губят концентрация. Различните игри биват: Великани и джуджета; Къде е топчицата; Намери топката; Улови топката; Събери чинийките; Събаряне на конусите; Летящи чинии; Мечки и пчелички; Гоненица и други. Използват се координационни игри с топка, в които топката се подхвърля, тупка или рита.



Втора група – тук се използват предимно игри с топка без правила, като в тази възрастова група, игрите могат да бъдат освен индивидуални и групови. Децата вече са по-големи и по-лесно става организирането им, тъй като в първа група са положени основите. В края на тази възрастов група започват и първите игри с топка с правила и цел. Видовете игри биват: Рибки и рибари; Лабиринт; Кой по-бързо; Събаряне на конуси; Гоненица; Раци и рибки; Открадни опашката и други.



Трета група – в тази възрастова група се поставят основите на игрите с топка с правила и цел. Тук децата се запознават с отборните спортове с топка – футбол, баскетбол, волейбол, хандбал. Игрите вече имат състезателен характер. Различните видове са: Лабиринт; Кой по-бързо; Стрелба в цел; Огнен крал; Острови; Премини на другия бряг; Кой ще изпълни всички задачи; Необикновен футбол; Кой пръв ще заеме мястото; Слушай сигнала; Събаряне на конуси и други.

A handwritten signature or set of initials in blue ink, located in the bottom right corner of the page.

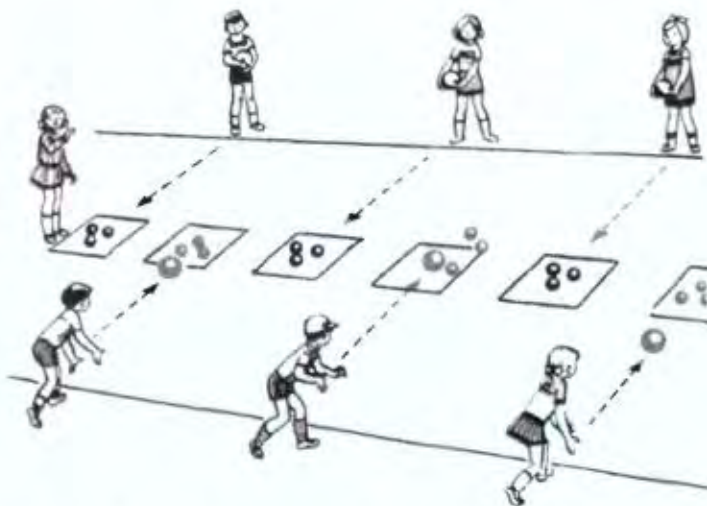


Четвърта група – тук вече децата са запознати със самите игри и се стремят да ги изпълняват по най-правилния начин. За улеснение на децата се използват по-нисък кош, по-ниска мрежа, олекотени топки. Правилата на игрите са максимално опростени, като се запазва целта на играта: да се вкара гол, да се вкара кош, да се прехвърли мрежата. Игровият метод и свободната игра преобладават за сметка на игрите и състезания в колони както е по-малките възрасти. Въпреки всичко тези игри и състезания се използват като подготвителни в началото на всеки урок. В тази възраст децата знаят правилата и могат да играят Футбол, Баскетбол, Волейбол, Хандбал и други.





Програмата и обучението по подвижни игри с топка има за цел както да запознае децата с различните видове спорт с топка, така и да даде на децата максимална емоция и удовлетвореност в учебния процес. Затова в тези възрасти преобладава игровия и състезателния метод. Чрез различните видове игри с и без топка, децата придобиват различни двигателни умения и навици, които в по-късен етап им помагат да усвоят по-лесно дадения спорт. Водещо в тези възрасти е емоцията и забавлението. Учебният процес е подчинен изцяло и само на това.



Игрите имат градивен характер. Във всяка следваща група дадената игра се усложнява като се вкарва ново условие, ново правило или нова цел. Така децата затвърждават това, което са научили и същевременно имат нещо ново и интересно, което задържа вниманието им в игрите, така че да очакват всяка следваща тренировка с нетърпение.



208