**Обучение дошкольников элементам спортивных игр на воде (волейбол)**

Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создаётся фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни. В детском организме заложены большие возможности для тренировок, а это даёт возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания ДОУ. Ведь освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом. Приобщение к спорту с раннего детства дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, четность и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы. Вместе с тем дошкольникам не рекомендуется заниматься спортом в прямом смысле этого слова, но отдельные элементы действия в спортивных играх и упражнениях, элементы соревнования не только возможны, но и целесообразны.

Полноценное физическое развитие детей возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания: гигиенических мероприятий и физических упражнений. В плавательном бассейне ДОУ созданы уникальные условия для их осуществления. У воспитанников есть возможность не только научиться элементам спортивного плавания, в том числе синхронного, а так же овладеть элементами спортивных игр.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают игры с мячом. Упражнения в бросании, метании, ловле мяча способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработки хорошей осанки.

1. **Игры для обучения верхней передаче мяча.**

**Цель**: упражнять в умении передавать мяч двумя руками сверху. Развивать согласованность движений ног, туловища и рук, мышечную силу.

От успешного освоения верхней передачи во многом зависит обучение волейболу вообще. Изучение верхней передачи начинается с первых занятий и совершенствуется на всех последующих.

**«Игра у стены»**

Дети встают у линии на расстоянии 2 м от стены. По сигналу ведущего начинают бросать волейбольный мяч о стену, ловят его и делают один шаг назад. Постепенно отступая от линии, бросают и ловят мяч. Выигрывает тот, кто ни разу не уронит мяч, и отойдет дальше всех от линии.

**«У кого меньше мячей»**

Играют две равные команды, которые располагаются на своей половине бассейна. У каждой команды по нескольку волейбольных мячей. Бассейн разделен сеткой, прикрепленной на уровне 130-150 см. от дна. По сигналу взрослого игроки перебрасывают мячи на площадку противника способом двумя руками сверху. Выигрывает команда, у которой на площадке после второго сигнала меньше мячей.

**«Охотники и утки»**

Дети делятся на две команды – охотников и уток. Утки размещаются в кругу, охотники вокруг круга. Охотники, перебрасывая большой надувной мяч, стараются попасть им в уток. Утки, которые не успели нырнуть под воду и их задели мячом, выбывают из игры. Когда будут запятнаны все утки, команды меняются местами.

**«Мяч в воздухе»**

Дети делятся на несколько команд по 5-6 игроков, образуя свой круг. У каждой команды по волейбольному мячу. По сигналу дети перебрасывают мяч двумя руками сверху в разных направлениях. По второму сигналу работа с мячом прекращается. Побеждает команда, допустившая меньше падений мяча.

1. **Игры, обучающие приему мяча снизу двумя руками.**

**Цель:** способствовать формированию умения принимать мяч двумя руками снизу, безбоязненно падать на воду, нырять.

По времени обучения прием мяча снизу уступает обучению верхней передаче, однако, это не менее важный элемент в подготовке волейболистов. Прием снизу применяется в случаях, когда принять мяч сверху уже нельзя, например, у самой сетки или когда остается одно касание, а игрок движется к мячу, находясь спиной к сетке.

**«Игра, играй, мяч не теряй! »**

Играют пары, у которых один надувной мяч на двоих. По сигналу ведущего дети подбивают мяч снизу вверх несколько раз подряд. Причём, делают это так: один ребёнок подбрасывает мяч и отходит в сторону, другой принимает его снизу и выполняет удар, затем снова выполняет удар первый и т. д. до тех пор, пока мяч не упадёт. Побеждает пара, дольше всех не потерявшая мяч.

**«Ловишка в кругу»**

Дети встают в круг, водящий игрок в центре. Участники перебрасывают волейбольный мяч друг другу, стараясь выполнить приём мяча снизу. Водящий, в это время, старается его поймать. Поймав мяч, водящий меняется местами с ребёнком, который бросал мяч.

Мной представлен начальный вариант обучения дошкольников элементам игры в волейбол. В дальнейшем игры и упражнения постепенно усложняются.

В результате регулярных тренировок дошкольники овладевают технико-тактическими действиями с мячом: передача мяча, бросок мяча через сетку, подача мяча, блокирование. Умеют выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом. Понимают сущность коллективной игры с мячом, цель и правила. Заметно улучшаются показатели выносливости, быстроты, ловкости, увеличиваются координационные возможности, как на суше, так и на воде.