

ИГРЕ ЗА РАЗВОЈ БАЦАЊА, ГАЂАЊА, ХВАТАЊА И ДОДАВАЊА

Када говоримо о бацању не мислимо на права бацања кугле. То су бацања разних предмета (лоптица, камичака, кестења) у даљину и у циљ.

У прва два разреда бацање се спроводи левом и десном руком. Разлог је да би обе шаке пратиле развој паралелно. Бацање обема рукама развија координацију покрета, не дозвољава деформитет у развоју. Бацање се изводи из места и кретања. Касније изводимо бацања лопте у спортским играма па и хватања.

Приликом бацања развијамо осећај за удаљеност и прецизност. Учитељ води рачуна да не доде до повреда, па ученика усмерава на правац бацања и командује бацање.

Да би ученици заволели бацање учитељ им у почетку даје слободу да се сами играју са лоптама (да их котрљају, бацају, хватају).

Учитељ одређује циљеве за бацање лопте, на пример бацање у покретне, непокретне циљеве, бацање у кош.

У другом разреду повећавају се обавезе ученика. Задаје му се да баци лопту о зид и окрене се за 360° или баци лопту и удари рукама. Ученици бацају лопте - медицинку до 2 кг. Медицинка се баца; напред, назад, горе, између ногу и слично.

Бацање има за циљ поправљање координације покрета и спретности. Ни на овом узрасту не бацамо куглу. Деца у овом узрасту поред бацања усавршавају технику хватања лопте. Бацамо лоптицу у хоризонтални циљ који је величине једног метра, бацамо лопту у спуштени кош висине до 2 м. Тако развијамо прецизност.

Организацију бацања спроводи учитељ. Бацимо лоптицу у исто време према чистом простору. Када се заврши бацање сви идемо по лопте.

Бацањем у физичком васпитању развијамо моторичке способности (снагу мишића, мишића раменог појаса, мишиће леђа, развијамо спретност, прецизност, координацију).

а) Игре за млађу групу

Ко боље гађа

Деца се поделе у две колоне. Испред сваке колоне на удаљености 2-3 метра нацртају се три концентрична круга пречника 0,50 м, 1 метар и 1,5 метара. Задатак је погодити лоптом кругове. Погађање се изводи више пута.

Погодите ме

Свако дете има лопту и стоји у врсти у једном делу простора за игру. Место где деца стоје обележено је линијом или конопцем. Васпитач се налази испред њих на удаљености од 3-4 метра, и позива их речима: "Гађајте ме!", померајући се лагано лево, десно. Деца гађају котрљањем лопте, замахом одоздо, трче по лопту и враћају се поново на своје место и игра се наставља.

Ко ће пребацити дрво

На погодном терену у природи деца постављена у врсти бацају каменчиће, шишарке, жиреве, лоптице исл. преко дрвета, жбуна, ограде, камењара, неке справе или конструкција за игру: Потребно је између деце обезбедити размак и друге услове да не би дошло до повреде исл. Игра се може организовати и у затвореном простору уколико постоје одговарајући услови.

Ко ће први донети лопту

Сва деца стану на чеону линију простора за игру, у једну врсту. Сваки учесник у игри има своју лопту. На знак васпитача деца бацају лопте што даље (најчешће преко половине простора за игру), трче за својом лоптом, узимају је и брзо се враћају на своје место. Победницима се проглашавају деца која пре обаве задатак.

Зауставите миша

Деца стану у круг са раширеним ногама тако да им се спољни део стопала додираје. У средини круга налази се дете са већом лоптом у рукама (“миш”). Дете у кругу настоји котрљајући лопту да је протури између ногу неком од деце у кругу (“да миш прође у рупу”). Дете у кругу према коме је усмерена лопта настоји рукама да заустави лопту. Ко пропусти, замењује дете у кругу. Уместо котрљања лопте шаком, некад се може захтевати да деца лагано шутирају лопту.

б) Игре за средњу групу

Ко ће пре

Деца се поделе у две групе и формирају колоне. Челни у колонема имају лопте. На знак васпитача за почетак игре, челни додају лопту преко главе обема рукама детету иза себе, овај следећем и тако редом. Када лопта дође до последњег детета у колони, овај брзо носи лопту на чело колоне, заузима место челног и додаје лопту следећем. Победила је група која пре обави задатак (када се сви изређају).

Ко баца најдаље

Деца су подељена у две групе које су удаљене једна од друге 2-3 метра. Испред група на удаљености 3, 4, 5 и 6 м повуку се црте. По једно дете из сваке групе наизменично баца лопту према означеним даљинама. Васпитач прати колико је ко бацио, да би на крају прогласио групу која је победила, као и појединце.

Горе -доле

Деца се поделе у две колоне и заузму раскорачни став. Колоне су удаљене једна од друге 60-80 цм. Челни додају лопту обема рукама преко главе следећем иза себе. Овај прихвата лопту али не додаје следећем изнад главе већ између ногу. Следећи додаје опет изнад главе и тако наизменично “горе-доле“ док се сви не изређају. Победник је група која је пре обавила задатак у целини.

Додавање лопте између ногу

Деца се поделе у две једнаке групе, које стоје једна поред друге у колони и у раскорачном ставу. Прво дете у колони - челни се претклони и између ногу додаје лопту детету иза, ова следећем и тако редом. Задње дете кад прими лопту брзо трчи испред колоне, стаје испред челног и почиње додавање изнова. Групе се такмиче која ће пре извршити измене.

Мали кошаркаши

Деца стоје у кругу држећи свако по једну лопту. У средини круга се налази сандук, корпа, већи кош и слично, пречника 0,5 до 1 метра и дубине да лопта не може да искочи када се убаци. Деца су у улози кошаркаша који покушавају да убаци лопту у кош. Одстојање одређује васпитач. Након бацања свих, деца опет узимају лопту и задатак се понавља.

Лопта путује изнад главе

Деца образују две колоне. На знак васпитача челни даје лопту следећем иза себе, обема рукама изнад главе, овај на исти начин до-даје следећем и тако до последњег у колони. Када је лопта стигла до задњег, овај брзо иде на чело колоне, заузима место челног и наставља додавање на исти начин. Победник је група која пре обави задатак у целини тог места да погађа. Игра траје све док једно дете не остане погођено. Оно у следећем понављању игре има улогу ловца.

в) Игре за старију групу

Баци као ја

Деца се поделе у две групе и формирају два круга. У средини је једно дете са лоптом. Оно додаје лопту деци у кругу на разне начине, а ови су дужни да врате лопту на исти начин како им је лопта додата (једном руком, обема рукама, бацањем одоздо, одозго, у висини груди, главе и сл.). Ко погрешно седе док остали не изађу из игре. У следећем понављању игре у средини је дете које је најдуже остало у игри.

Гађање лоптом друга

Децу поделити у две врсте. Испред сваке врсте на удаљености 2-3 м налази се по једно дете које је леђима окренуто групи. Задатак је да неко од деце у врсти погоди лагано лоптом дете испред врсте, а оно треба да погоди ко је бацио лопту (ко га је погодио). Ако погоди мењају улоге а ако не погоди остаје даље на свом месту (у истој улози).

Мала лоптајури велику

Деца стану у круг. Мала лопта се да једном детету у кругу а велика лопта петом детету од њега (у правцу у коме ће се лопта кретати). На знак васпитача деца почињу да додају лопту у круг тако да “мала лопта јури велику“. Дете код којег се нашла велика лопта када је мала стигла, искључује се из игре за неко време. Тада се игра наставља на исти начин као и када почиње, с тим што сада добија малу лопту прво дете до искљученог а већу петом детету од њега.

Зеца

Деца стоје у кругу и они су ловци. У средини круга је једно дете (“зец“). Ловци гађају зеца лоптом а овај се склања, скакутањем избегава погодак. Ако ловац промаши зеца, седе на место где је до тада стојао и више не учествује у игри. Погоди ли зеца, онда се са њим мења улога. Игра се одвија док сва деца не седну. Игра се може продужити тако што би деца сада из седећег става погађала зеца, а када би промашила искључивала би се из игре.

Пресеци пут лопти

Деца се поделе у две грапе и распореде у два круга. Унутар крагова налази се по једно дете.

Деца са периферије круга додају лопту један другом преко детета које је у средини, а које настоји да пресече пут лопти, односно покушава да ухвати лопту. Уколико у томе успе, у круг улази дете које је последње додирнуло лопту, односно упутило лопту неком од деце.

г) Игре за предшколски узраст

Брзо реаговање

Деца седе у кругу, а у средини круга је васпитач са лоптом. Васпитач баца лопту према неком од деце и истовремено изговара реч, назив неке врсте животиња (пас, кока, врабац исл.). Дете према коме је усмерена лопта прихвата лопту уз истовремено опонашање гласа назначене животиње (ав, ав; ко-ко-ко; ћиху, ћи).

Додавање лопте одбијањем

Уздуж дворане поставе се на тло шведске клупе, ниске греде или дуге мотке. Ученици су код зидова с једне и друге стране и међусобно додају мале лоптице по паровима тако да лопта снажно удари о тло и одскочи суиграчу на другу страну. Игру можемо организовати и на игралишту.

Ловац и зечеви

Деца, свако са траком на руци, слободно се крећу по простору за игру. Дете-ловац са лоптом их јури настојећи да их погоди. Погођено дете седе и скида траку. Ко најдуже остане у игри, победник је.

Хватање лоптом

Деца се крећу слободно у простору за вежбање. Једно дете има лопту. На знак васпитача погађа неког од деце лоптом тј. “хвата“ га. Када погоди неког са њим мења улогу, односно сада “хвата“ (погађа) погођено дете, а овај се укључује у игру са осталом децом.

Ко боље погађа

Децу поделити у две грапе и формирати колоне. Испред колоне на удаљености 2-4 м означити три концентрична круга, пречника 0,50 м, 1 м - 1,5 м. Задатак је погодити лоптом један од кругова. Погодак у најмањи краг доноси 3 бода, у средњи 2 и у највећи 1 бод. Изводи се по једно гађање. Победник је колоне која је сакупила више бодова. Игра се понавља више пута.

Хватање на три струјњаче

Децу поделити на три једнаке групе. Свака група се налази на својој страњачи. На знак васпитача све групе мењају места док дете које је издвојено из групе настоји да у том тренутку ухвати неког од деце. Ако у томе успе, мења место са њим (улогу).