

ИГРЫ С МЯЧОМ

Ведущая деятельность ребенка третьего года жизни – игровая. Это значит, что именно игра в большой степени влияет на общее развитие малыша. Может быть, поэтому игровые приемы являются наиболее действенными, когда родители хотят научить чему-либо маленьких детей или привить им полезные навыки.

К сожалению, умение играть с ребенком дано не каждому взрослому. Играя с малышом, мы как бы становимся детьми. Вспомним свое детство: кого из взрослых мы любили больше всех? Да тех, кто умел играть с нами. Они становились партнерами в играх, заражали фантазией, увлекали ролевым поведением, приносили в нашу жизнь радость...

Среди разнообразия детских игр можно выделить особый вид - игры с мячом. Многие родители не дают детям мяч в домашних условиях, считая его опасной игрушкой: можно разбить окно, зеркало, люстру... И это понятно, мяч побуждает к высокой подвижности, поэтому, как считают многие взрослые, в руках малыша он становится «непредсказуемым» предметом. И в то же время все согласятся, что игры с мячом являются любимыми играми в раннем детстве. По всей вероятности, этот предмет любим детьми еще и потому, что «созвучен» им, - такой же прыгающий, «заводной», мобильный, забавный и каждый раз новый в своих проявлениях.

Как же организовать игры с мячом в семье?

Во-первых, *в условиях помещения* игры должны быть организованы взрослыми. Во-вторых, взрослые должны быть непосредственными участниками игры, партнерами малыша. Мяч требует уважения к себе и безопасного пространства: умная игрушка достойна умного подхода к ее использованию.

Мяч таит в себе гармонию формы, яркость цвета, динамичность, поэтому эмоционально воздействует на ребенка, что находит отражение в содержании детских игр.

Все основные движения ребенка (ходьба, бег, прыжки, бросание, метание и др.) носят социальный характер и приходят к нему в процессе воспитания на протяжении первых лет жизни в результате созревания двигательных центров и развития основных групп мышц. Это осуществляется в социальной практике – в процессе общения с взрослым. Иными словами, малыш овладевает основными движениями, «присваивая» опыт человечества. Он приобщается к общественной культуре, овладевая

движениями, принятыми в социальной (общественной) практике.

Задача взрослого - создать необходимые условия для сенсомоторного развития.

Из всех физкультурных мероприятий с детьми необходимо особо выделить *подвижные игры и игры-упражнения с мячом*. Мяч проходит через все периоды детства: раннее, дошкольное и школьное.

Дети, знакомясь со свойствами мяча, выполняя разнообразные действия с ним (бросание, катание и др.), получают нагрузку на все группы мышц (спина, брюшной пресс, ноги, руки, кисти) - активизируется весь организм. Даже простое подкидывание мяча вверх заставляет ребенка выпрямляться, что благотворно влияет на осанку.

Можно сказать, что игры с мячом - специальная комплексная гимнастика: развивается умение схватывать, удерживать и перемещать мяч в процессе ходьбы, бега или в прыжке.

Игры и упражнения с мячом развивают ориентировку в пространстве, глазомер, ловкость, быстроту реакции, регулируют силу и точность броска; нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гиперактивных детей. Кроме того, они развивают мышечную силу, улучшают обмен веществ, усиливают работу важнейших органов — легких, сердца.

К концу дошкольного возраста и в школьный период мяч становится не только любимой игрушкой, но и предметом занятий спортом (гимнастические упражнения, эстафеты, футбол, баскетбол, волейбол и т.п.).

Он остается значимым предметом игр, забав, спорта и для взрослых. Удерживая мяч в своей руке с ранних пор, учась владеть им, у ребенка укрепляются мускулы пальцев, кисти руки и всей руки, а также происходит надлежащее развитие и усовершенствование руки и пальцев, прежде всего в целях самостоятельного обращения с самим мячом, а потом и в целях правильного и надлежащего обращения с другими вещами...».

Игровые упражнения с мячом.

«Я по стульчику стучу и по полу — где хочу!»

Упражнение выполняется стоя перед стульчиком.

«Справа, слева я стучу — перепутать не хочу!»

«Мячик — об пол и поймай — да смотри же, не роняй»

«Справа, слева, впереди в обруч точно попади»

«Если все мы встанем в круг, мяч тебе я брошу, друг»

«Попади в ворота»

«Вправо, влево прокати, только мяч не упусти»

"Вратарь"

"Какой рукой быстрее? "

"Какой рукой точнее? "

«Какой рукой дальше?»

Игры с мячом.

Летающий мяч

Возьмите мяч среднего размера, чтобы ребенку было удобно его держать в руках. Взрослый бросает мяч кому-то из детей, а тот возвращает его взрослому.

Летит мой мяч, летит к тебе,
Смотри, не прозевай!
Держи его, лови его,
И снова мне бросай

Солнышко

Возьмите мяч среднего размера, сядьте с ребенком друг напротив друга, разведя ноги в стороны – делаем «домики». Катаем мячик друг другу.

По небу солнце ходит
И в домики заходит.

И к Тиме заходит (мячик катится к Тиме),
И к маме заходит (мячик от Тимы катится к маме),

И к Тиме заходит,
И к маме заходит... (повторение неограниченно – закрепляет направленное катание по полу).

Мини-баскетбол

Возьмите любую емкость, поставьте или повесьте ее на некотором расстоянии от пола. Предложите ребенку забросить мяч в корзину. Эту игру легко разнообразить, меняя размер емкости и размеры мячей, а также высоту, на которую помещена эта емкость, и расстояние, с которого ребенок пытается забросить мяч.

Мой веселый звонкий мяч

Предложите ребенку ударять по мячу рукой, сопровождая словами:

Мой веселый звонкий мяч,
Ты куда помчался вскачь?
Желтый, красный, голубой
Не угнаться за тобой.

Эта игра развивает чувство ритма, ребенок учится вести мяч.

Мячик, мячик, поскачи

Покажите ребенку, что мяч можно бросать об стенку и ловить его двумя руками. При этом проговаривайте:

Мячик, мячик, поскачи!

Я знаю пять имен...

Задача ребенка – стучать об пол мячом и без остановок называть подряд пять предметов: пять имен, пять овощей, пять городов, пять марок машин и т.д.

Кто сбился, тот проиграл.

Съедобное — несъедобное

Встаньте с ребенком на некотором расстоянии друг от друга. Бросайте ребенку мяч и называйте любой предмет. Если он съедобный – ребенок должен поймать мяч, если несъедобный – отбить.

Консультацию подготовила

Варакина Ирина Викторовна, инструктор

по физической культуре

высшей квалификационной категории

МОУ Центра развития ребенка № 5