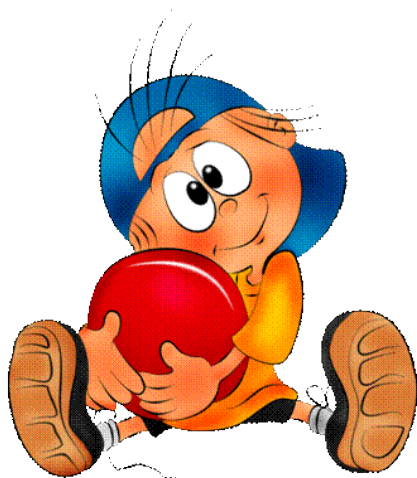


Консультация для родителей.

Значение игр и игр-упражнений с мячом во всестороннем развитии ребенка.

Инструктор по физической культуре Метёлкина С.В.



Каждый ребенок с раннего детства знаком с мячом. Игры с мячом весьма популярны, они встречаются у всех народов мира и не случайно считаются самыми распространенными.

Дети очень любят играть с мячами, особенно с яркими, прыгучими и ловкими. Однако, многие родители уделяют мало времени играм с мячами, и даже летом, на отдыхе, мяч остается незаслуженно забытым. Игры, игры-упражнения с мячом развивают координацию движений, укрепляют мышцы плечевого пояса, развивают и укрепляют мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера, меткости. В играх с мячом развиваются физические качества: быстрота, прыгучесть, сила, ловкость. Такие игры благотворно влияют на работоспособность ребенка. Игры с мячами различного веса и объема увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей рук; при ловле и бросании мяча, ребенок действует обеими руками – это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы. А систематические игры и упражнения с мячом активно влияют на совершенствование основных свойств нервной системы: силы, подвижности, уравновешенности. Особенно большое значение придается возникновению радостных эмоций. Положительные эмоции самые действенные. Совместное

выполнение движений (трое, четверо, в парах...) – прекрасная школа приобщения ребенка к коллективу, к деятельности «вместе». Если ваш ребенок замкнут, плохо вступает в контакт, не умеет дружить с другими детьми – ему очень полезно играть с мячом. В играх, которые проводятся в парах, команде, ребенок учится работать с партнером или партнерами. Особое место занимают игры – соревнования, эстафеты с мячом, которые развивают чувство ответственности, умение достойно проигрывать. Ведь не только положительные эмоции, но и отрицательные эмоции побуждают к выполнению точных, слаженных действий. Игры с мячом активизируют не только двигательную, психическую деятельность детей, но и умственную. Упражнения с мячом способствуют развитию сенсорики, движений кистей, пальцев рук, что активизирует кору головного мозга в целом, и речевые центры в частности. Игры с мячом способствуют быстрому восстановлению умственной работоспособности. Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Он, как магнит, притягивает к себе детей, надо как можно раньше дать ребенку мяч в руки, а не откладывать это до самой школы, надо научить ребенка общаться и играть с мячом.

Мы предлагаем несколько вариантов игр, в которые родители могут поиграть со своими детьми.

Если ваш ребенок совсем не владеет мячом, сделайте с ребенком несколько начальных упражнений:

- Покатать мяч по полу ладонью вправо – влево. Затем перекатывать мяч по полу из одной руки в другую.

Мяч обычный дали нам, нам он очень нравится.

Посмотрите, как легко мячик наш катается.

Покрутить мяч вокруг своей оси по часовой стрелки

Учим новую игру – мяч раскрутим на полу.

Он кружится, как, волчок, если оцутит толчок.



Толкнуть мяч так, чтобы он прокатился под столом или между ножками стула.

*Мяч наш ловок – посмотри, он уже в воротцах.
Чтоб мячом туда попасть, надо побороться.*

- Толкнуть мяч вперед и сбить им какой-либо предмет (кегли, мяч, кубик).
*Мы должны мячом сейчас сбить предмет тяжелый.
Постараться должен мяч – этот друг веселый.*
- Подкинуть мяч вверх и поймать его. Затем, прежде чем поймать, надо успеть сделать хлопок в ладоши.
*Мяч влетает высоко, осторожно брось его.
Ловкость мы приобретаем – ловим мяч и вновь бросаем.*
- Ударить мячом об пол и поймать. Затем отбивать мяч от пола.
*Мяч надутый, мяч пузатый, любят все его ребята.
Бьют его, а он не плачет, веселее только скачет.*
- Перебрасывать мяч в парах с ударом об пол.
*Мяч о землю стукнем ловко, чтоб он к другу улетел.
Друг поймал мяч со сноровкой и назад лететь велел.*
- Метание малого мяча в вертикальную мишень.
*На стене у нас мишень, мяч кидать в неё не лень.
Тот, кто метко попадает, зоркость глаз приобретает.*
- Забрасывание мяча в горизонтальную цель (коробка, корзина)

*Вот корзина перед нами, а зачем – скажите сами.
Будем мячик так бросать, чтоб в корзину попадать.*

Когда упражнения с мячом сопровождаются стихами, ребенок вовлекается в нужную игру или движение ненавязчиво, без опасений, но в заданной форме и порядке.

Постепенно, предлагайте ребенку различные игры, усложняя их. Вот некоторые из игр.



Мини-баскетбол

Уже в 3-4года ребенку можно предложить поиграть в 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.

Эта игра развивает чувство ритма, ребенок учится вести мяч. Предложите ребенку ударять по мячу рукой, сопровождая словами:

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

Съедобное — несъедобное

Играть в эту игру можно даже с трехлетними малышами. Станьте 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.

Существует множество вариантов этой игры, направленной на развитие речи ребенка:

- «Животные и их детеныши»
- «Кто как разговаривает»
- «Кто где живет»,
- «Кто как передвигается»
- «Скажи ласково»
- «Противоположности»



«Из чего сделано»
«Лови да бросай – цвета называй»
«Третий лишний»
«Какой по форме»
«Один – много» (множественное число)

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.

Игры с мячом, направленные на формирование правильного звукопроизношения и развитие фонематических процессов:

«Повторяем дружно звук» — услышишь звук А, стукни мячом об пол.

«Гласный звук слышат ушки – мяч взлетает над макушкой» — услышишь звук А, подбрось мяч вверх.

«Тихо – громко»

Игры с передачей мяча: **«Мяч передавай, слово называй»** (на заданный звук).

«Слог да слог и будет слово» — добавление слогов.

Вспомните игры своего детства, научите своих детей играть в «Вышибалы», «Лапту, да просто погоняйте мяч на лужайке в футбол или в хоккей на траве с друзьями, соседями, родственниками, устройте веселые соревнования с теннисными мячиками, воздушными шарами. Стоит только захотеть и у вас все получится. А в подарок вы получите море удовольствия и позитива!

Игры с мячом – это любимое занятие детей.

Игра воспитывает ребенка пытливым, находчивым и здоровым!