Каждый ребёнок 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 ребёнка. 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.

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. К сожалению, многие родители не знают игр с мячом, соответственно не могут научить этому своих детей.

 

**Рекомендации для родителей для совместных игр с детьми с мячом:**

1. Покажите ребенку, как Вы играете в мяч: катаете, бросаете... Попробуйте научить этому своего малыша;  
2. Не принуждайте малыша к выполнению того или иного движения;  
3. Не упрекайте его за рассеянность, невнимание, неумение;  
4. Не превращайте обучение в скучную повинность. Играйте только в хорошем настроении;  
5. Проявите фантазию, изобретательность в играх с мячом;  
6. Постепенно вовлекайте его во все новые виды игр, систематически повторяя их;  
7. Не забывайте о возрасте своего малыша и его физических возможностях;  
8. Представьте себе, что Вы сами ребенок;  
9. Хвалите и подбадривайте своего ребенка, ведь для Вас это маленький успех, а для него "Победа!"

«Мяч – это рука ребенка, развитие её напрямую связано с развитием интеллекта.

Мяч - круглый, как Земля, и в этом его сила!»

С.А.Шмако

«Мой друг – мяч»

игры с мячом



2019 г.

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 и против часовой стрелки.

*Учим новую игру – мяч раскрутим на полу.  
Он кружится, как, волчок, если ощутит толчок.*

* Толкнуть мяч по полу к стене и посмотреть, какова будет отдача от неё.

*Мяч покатим мы к стене – посмотри-ка сам.  
Оттолкнувшись, мяч спешит возвратится к вам.*

* 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 (кеглю, 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.*

* 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.

**«ПОИГРАЕМ С СОЛНЫШКОМ»**  
Ребенок сидит на полу, ноги врозь. Мама (взрослый) с мячом (желтого цвета) располагается, напротив, на расстоянии 0,6-1,0 м. Читает стихотворение и выполняет соответствующие действия.  
«Солнышко желтое  *(медленно прокатывает мяч от руки к руке),*  
Солнышко теплое  *(вокруг себя по полу)*  
По небу катилось, катилось  *(прокатывает мяч двумя руками ребенку),*  
К Мише *(имя ребенка)*в гости прикатилось*.»  (Ребенок ловит мяч и затем прокатывает его двумя руками маме.)*  
**« ПРОКАТИ  И ДОГОНИ»**  
 Ребенок с мячом в руках подходит к обозначенному месту и выполняет действия в соответствии со стихотворным текстом.  
«Наш веселый, звонкий мячик  *(толкает мяч двумя руками)*  
Мы прокатим далеко  *(смотрит, куда он покатился),*  
А теперь его догоним.  *(Бежит за мячом, догоняет его.)*  
Это сделать нам легко!»  *(Поднимает мяч над головой: «Поймал!».)*

**«МЯЧ В КРУГУ»**

Дети сидят на корточках на полу, образуя круг. Мама (взрослый) дает одному из участников игры мяч-Колобок и читает стихотворение:  
«Колобок. Колобок,  
У тебя румяный бок.  
Ты по полу покатись  
И Катюше (ребятам) улыбнись!»  
 По просьбе мамы («Катенька, покати мячик Диме») девочка прокатывает мяч двумя руками названному участнику.