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 плачевого 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.
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.

**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,*

*Еесли 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*

*Ввозвратится 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.*

* 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.

Покажите ребенку, как вы играете в мяч: катаете, бросаете, ловите, отбиваете от пола и т. п. Попробуйте научить этому и вашего малыша.

**Советы родителям:**

**-** Не принуждайте малыша к выполнению того или иного движения. Не требуйте от него повторять упражнение до тех пор, пока ребенку не удастся выполнить его правильно. Не упрекайте его за рассеянность, невнимание, неумение и т. п. Не превращайте обучение в скучную повинность. Играйте с малышом, когда он будет находиться в хорошем настроении.

**-** Проявите фантазию, изобретательность, используйте для игр все, что найдете под рукой: гладильную доску, стулья, пустые пластиковые бутылки, длинные шнурки и т. п.

**-** Постепенно [вовлекайте](https://pandia.ru/text/category/vovlechenie/) его во все новые виды игры, систематически повторяя их. Для этого возраста достаточно, чтобы ребенок научился прокатывать мяч в даль в заданном направлении, бросать мяч об пол и вверх, правильному замаху при метании малого мяча вдаль.

**-** Не забывайте о возрасте вашего ребенка, его физических возможностях! Обращайте внимание на упражнения, которые ребенок выполняет с радостью, без нажима с вашей стороны.

Мяч должен быть удобен и не вызывать у малыша слез от ощущения собственной неловкости!

**Прыгучесть.** Прыгучими могут быть не только резиновые мячи, но и хорошо набитые шерстяные. Мяч «непрыгучий» может быть «мячом катучим». Для домашних игр из прыгучих мячей подойдут лишь хорошо набитые шерстяные.

**Тяжесть/легкость.** Для ребенка, только начавшего ходить, тяжелый футбольный мяч из-за своего веса и большого размера просто не может быть игрушкой. Для малыша очень важно научиться соразмерять силу удара с тяжестью мяча. Это дает хороший опыт управления собой и предвидения результата уже в самом раннем возрасте. Понаблюдайте, как по-разному ваш малыш управляется с большим резиновым мячом и легким надувным.

**Цвет.** Несмотря на то, что дети обращают внимание на яркие цвета, не стоит пичкать малышей едкими, броскими анилиновыми красками. Цветовосприятие глаза лучше развивается на сочных, открытых цветах радуги, их вариантах и оттенках в пастельной гамме.

**Качество поверхности.** Очень важно для тактильного восприятия. Чем больше будет натуральных материалов, тем богаче станет опыт ребенка в действиях с ними, комплексном восприятии их свойств и пр.

***Игры с мячом универсальны и их разнообразие и наполнение содержанием зависит только от фантазии и желания играть с детьми весело и интересно.***

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

 «Детский сад 102»

Значение мяча в развитии ребенка



Новокузнецк 2022