

# *Консультация для родителей*

*«Значение игр и игр - упражнений с мячом  
во всестороннем развитии ребёнка».*



Подготовила:  
инструктор по физической культуре  
Пилявская Д.А.

***Мяч – это рука ребёнка, развитие её напрямую связано с развитием интеллекта. Мяч – круглый, как Земля, и в этом сила!***



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

Игры, игры - упражнения с мячом развивают координацию движений, укрепляют мышцы плечевого пояса, развивают и укрепляют мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера.

В играх с мячом развиваются физические качества: быстрота, прыгучесть, сила, ловкость. Такие игры благотворно влияют на работоспособность ребёнка. Игры с мячами различного веса и объёма увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей рук; при ловле и бросании мяча, ребенок действует обеими руками – это способствует

А систематические активно влияют на свойств нервной уравниваемости. придаётся эмоций.

движений (трое, школа приобщения деятельности «вместе».



гармоничному развитию. игры и упражнения с мячом совершенствование основных системы: силы, подвижности, Особенно большое значение возникновению радостных Совместное выполнение четверо, в парах...) – прекрасная ребёнка к коллективу, к

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 партнёром.



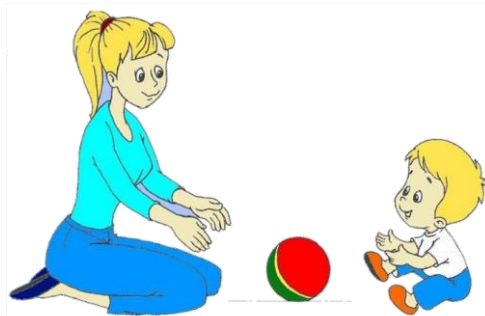
Особое место занимают игры – соревнования, эстафеты с мячом, которые развивают чувство ответственности, умение достойно проигрывать. Ведь не только положительные эмоции, но и отрицательные эмоции побуждают к выполнению точных, слаженных действий.

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 ребёнку мяч в руки, а не откладывать это до самой школы, надо научить ребёнка общаться, играть с мячом.

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



- Покатать мяч по полу ладонью вправо – влево. Затем перекачивать 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 покатаем мы к стене – посмотри-ка сам.  
Оттолкнувшись, мяч спешит возвратится к вам.*

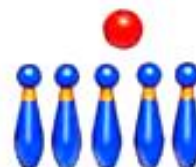
- Толкнуть мяч так, чтобы он прокатился под столом или между ножками стула.

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

- Толкнуть мяч вперёд и сбить им какой-либо предмет (кегли, мяч, кубик).



*Мы должны мячом сейчас сбить предмет тяжёлый.  
Постараться должен мяч – этот друг весёлый.*



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 попасть.!*



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

Вспомните игры своего детства, научите своих детей играть в «Вышибалы», «Лапту», «Съедобное – несъедобное», да просто погоняйте мяч на лужайке в футбол или в хоккей на траве с друзьями, соседями, родственниками, устройте весёлые 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 ребёнка пытливым, находчивым и здоровым.*

