Консультация для родителей

Мяч – удивительно интересная игрушка. Пожалуй, ничего аналогичного – настолько простого и в то же время интересного – пока еще люди не придумали. Мяч воспринимается ребенком как нечто живое, он чутко реагирует и отзывается на движение, может быть послушным и озорным, он – яркий, круглый и очень милый. Еще в древние времена игры с мячом носили не только развлекательный, но и лечебный характер. Создатель системы общественного дошкольного воспитания Фридрих Фребель считал мяч средством всестороннего развития ребенка - дошкольника. А римский врач Клавдий Гален прописывал игры с мячом своим больным в качестве лекарства.

Мяч – это шар, идеальная космическая форма, самая совершенная геометрическая фигура, не имеющая ни начала, ни конца. Никакое тело другой формы не имеет большей поверхности соприкосновения с ладонью, что дает полноту ощущения формы. Мяч посылает оптимальную информацию всем анализаторам. Совместная работа двигательного, вестибулярного, зрительного и тактильного анализаторов, которые включаются при выполнении упражнений с мячом, усиливает эффект занятий. Знакомство с резиновым мячом проходит уже в раннем возрасте. Дети знакомятся с формой, объемом, свойствами мяча, учатся прокатывать и бросать и догонять его. Эти первые игры бесценны по своей значимости для здоровья, эмоционального насыщения, физического и интеллектуального развития.

Какие же конкретные рекомендации можно дать родителям?

В современных квартирах возможности для игры в мяч очень ограничены, но все же родителям можно предложить несколько забавных игровых упражнений с мячом.

Эти игры можно проводить в условиях помещения, используя все, что есть под рукой: игрушки, бумажные шары, кегли, пустые пластиковые бутылочки, веревки, мячи разной величины, табуретки, стулья и т.п.

Упражнения с использованием этих предметов конкретизируют движение, развивают ловкость, сноровку, сосредоточенность.

Желательно иметь один или два больших мяча диаметром 15-20 см, маленькие мячи диаметром 5-8 см (для большого и настольного тенниса, резиновые, мягкие из разных материалов, сшитые вами), бумажные шары (из скомканной бумаги), большой надувной мяч-шар.

Сопровождение движений с мячом стихотворным текстом помогает сделать занятие более понятным, а главное, задаст ритм выполнения игрового задания.

Игры с мячом

«ПОИГРАЕМ С СОЛНЫШКОМ»

Цель. Научить прокатывать мяч в заданном направлении.

Ребенок сидит на полу, ноги врозь. Мама (взрослый) с мячом (в этой игре желательно использовать мяч 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)*

В игре могут принимать участие и другие члены семьи (папа, бабушка, дедушка, старшие брат или сестра) или сверстники малыша. В этом случае участники игры образуют полукруг. Водящий располагается напротив и, но очереди прокатывает мяч всем играющим. При усложнении игры водящий может направлять мяч любому из играющих, не соблюдая очередности, тем самым вынуждая малыша быть внимательным. Исходное положение ребенка тоже может меняться: сидя на полу ноги врозь, скрестив перед собой, сидя на корточках.

«МЯЧ В КРУГУ»

Цель. Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве.

В этой игре можно объединить нескольких детей (сверстников малыша) или попросить других членов семьи поиграть с вами.

Дети сидят на корточках на полу, образуя круг. Мама (взрослый) дает одному из участников игры мяч-Колобок (на нем нарисованы или приклеены глаза, нос, рот) 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. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ребенку, которого назвали по имени, и т.д.

Советы: Нужно организовать игру так, чтобы каждый ребенок смог прокатить мяч. Необходимо напоминать детям, что мяч нужно отталкивать посильнее, чтобы он докатился до другого участника игры, а также подавать выкатившийся из круга мяч.

«ПРОКАТИ И ДОГОНИ»

Цель. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, с усилием, развивать умение ориентироваться в пространстве.

Ребенок с мячом в руках подходит к обозначенному месту (шнур, полоска пластыря, цветной кружочек) 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!»)*

В зависимости от диаметра мяча ребенок может прокатывать его одной рукой, чередуя правую и левую руку, если мяч маленький (диаметром 5-8 см) или двумя руками, если большой (диаметром 18-20 см).

Советы: Приучайте малыша посмотреть вперед, прежде чем он покатит мяч. Не бежать за мячом сразу, а дождаться речевого сигнала. Объясните, что мяч надо отталкивать не резким и коротким движением рук, а плавным и энергичным (при необходимости проделайте упражнение вместе, обхватив руки ребенка своими).

Проявите фантазию, изобретательность, используйте для игр все, что будет под рукой: стулья, пустые пластиковые бутылки, длинные шнурки и т.п.

Постепенно вовлекайте ребенка во всё новые виды игры и забавы, систематически повторяйте их, чтобы он закрепил движения. Для детей этого возраста достаточно, чтобы они научились прокатывать мяч вдаль в заданном направлении, ударять мячом об пол и вверх, правильно замахиваться при метании малого мяча вдаль.

Таким образом, игры с мячом это не только средство физического развития, но и оздоровления детей дошкольного возраста!