

Консультация для родителей

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

Ведущая деятельность ребенка игровая. Это значит, что именно игра в большей степени влияет на общее развитие малыша. Может быть, поэтому игровые приемы являются наиболее действенными, когда родители хотят научить чему-либо маленьких детей или привить им полезные навыки.

К сожалению, умение играть с ребенком дано не каждому взрослому. Играя с малышом, мы как бы становимся детьми. Вспомним свое детство: кого из взрослых мы любили больше всех? Да тех, кто умел играть с нами. Они становились партнерами в играх, заражали фантазией, увлекали ролевым поведением, приносили в нашу жизнь радость.

Среди разнообразия детских игр можно выделить особый вид – игры с мячом. Многие родители не дают детям мяч в домашних условиях, считая его опасной игрушкой: можно разбить окно, зеркало, люстру. И это понятно, мяч побуждает к высокой подвижности, поэтому, как считают многие взрослые, в руках малыша он становится «непредсказуемым» предметом. И в то же время все согласятся, что игры с мячом являются любимыми играми в раннем детстве. По всей вероятности, этот предмет любим детьми ещё и потому, что «созвучен» им – такой же прыгучий, «заводной», мобильный, забавный и каждый раз новый в своих проявлениях.

В первые годы жизни ребенка мячи (шары) в показах взрослого используются в виде развлечения, забавы. Малыш настолько мал, что ещё не может удерживать их в руках и только с интересом наблюдает за действиями мамы.

По достижении возраста шести месяцев он уже берет погремушки, шарики и другие предметы из всех положений и удерживает их в руке. Теперь мяч выступает как средство игры – удобная, динамичная игрушка, занимающая особое место в развитии действия руки. Это важно: предметная деятельность является одной из ведущих в ранний период жизни.

На протяжении всего дошкольного детства игры с мячом усложняются и «растут» вместе с ребенком.

К концу дошкольного возраста и в школьный период мяч становится не только любимой игрушкой, но и предметом занятий спортом (гимнастические упражнения, эстафеты, футбол, баскетбол, волейбол и т.п.).

Он остается значимым предметом игр, забав, спорта и для взрослых.

Однако первые игры с мячом бесценны по своей значимости для здоровья, эмоционального насыщения, физического и интеллектуального развития маленького ребенка.

Как же организовать игры с мячом в семье?

Во – первых, в условиях помещения игры должны быть организованы взрослыми.

Во – вторых, взрослые должны быть непосредственными участниками игры, партнерами малыша.

В – третьих, играм с мячом на улице следует уделить особое внимание: не следует играть вблизи проходящего транспорта, на высоких подиумах, платформах, необходимо избегать опасных канав или скрытых ям. Мяч требует уважения к себе и безопасного пространства: умная игрушка достойна умного подхода к её использованию

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.

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

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 ощутишь 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 возвратиться к вам.*
- Толкнуть мяч так, чтобы он прокатился под столом или между ножками стула.
*Мяч наш ловок – посмотри, он уже в воротах.
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.*
- 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.

И в заключение хотелось бы отметить, что игры и упражнения с мячом развивают ориентировку в пространстве, регулируют силу и точность броска, развивают глазомер, ловкость, быстроту реакции; нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гиперактивных детей. Игры с мячом развивают мышечную силу,

усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ, а также в коллективной игре формируются социальные способности контактировать со сверстниками и взрослыми.