

**«ИГРЫ С МЯЧОМ»**  
(Консультация для родителей)



Подготовила: Инструктор по ФК  
Шевлюга О.Г.

## Игры с мячом

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 еще и потому, что «созвучен» им, - такой же прыгающий, «заводной», мобильный, забавный и каждый раз новый в своих проявлениях.

Мяч: забава, игрушка, спортивный инвентарь.

Неслучайно физической культуре в детских садах уделяется огромное внимание: действует специальная система педагогических мероприятий, направленных на развитие движений и общее оздоровление детства. Из всех физкультурных мероприятий с маленькими детьми необходимо особо выделить подвижные игры и игры-упражнения с мячом. Мяч проходит через все периоды детства: раннее, дошкольное и школьное.

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

Игры и упражнения с мячом развивают ориентировку в пространстве, глазомер, ловкость, быстроту реакции, регулируют силу и точность броска; нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гиперактивных детей. Кроме того, они развивают мышечную силу, улучшают обмен веществ, усиливают работу важнейших органов — легких, сердца.

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 скотканной 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

### «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 маме.** Нужно организовать игру так, чтобы каждый ребенок смог прокатить мяч. Необходимо напоминать детям, что мяч нужно отталкивать сильнее, 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 маме.** 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 сделайте упражнение вместе, обхватив руки ребенка своими).

Проявите фантазию, изобретательность, используйте для игр все, что будет под рукой: стулья, пустые пластиковые бутылки, длинные шнуры 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.

### Советы родителям:

- Не забывайте о возрасте ребенка, его физических возможностях!
- Обращайте внимание на упражнения, которые он выполняет с радостью, без нажима с вашей стороны.
- Будьте мягкими, добрыми, ласковыми.
- Хорошо, если вы ободрите своего малыша похвалой; удивитесь тому, какой он ловкий, смелый, быстрый.
- Пусть ребенок демонстрирует свои умения перед всеми членами семьи или сверстниками: это постепенно развивает уверенность в своих силах, стремление учиться дальше, осваивая, новые, более сложные движения и игры.

