

Консультация для родителей

«Зачем ребенку мяч»

Дошкольный возраст в развитии ребёнка – это период, когда закладывается фундамент его здоровья, физического развития и культуры движений.

Потребность в движении, повышенная двигательная активность – наиболее важные биологические особенности детского организма. Учёные и врачи многих стран считают, что игры и упражнения с мячом способствуют физическому развитию детей, благотворно влияют на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной системы, способствуют гармоничному развитию всех мышц, закреплению разнообразных двигательных навыков, выработке правильной осанки. То есть игры и упражнения с мячом – это ценное средство развития координации, выносливости, быстроты и ловкости.

Различные упражнения и игры с мячом вовлекают в работу разные мышечные группы рук, ног, туловища, шеи, головы. Это значит, что происходит гармоничное развитие всего тела.

Мяч по праву занимает одно из первых мест в царстве детских игрушек. Широкое разнообразие по размеру, цвету и даже материалу делают мяч одной из самых важных развивающих игрушек всего дошкольного периода. Игр с мячом такое разнообразие, что каждый ребенок, в зависимости от возраста найдет для себя подходящую и любимую.

Бросание и ловля – более сложные движения, требующие хорошего глазомера. Важно оценить направление полёта мяча, силу броска.

Полезно подбрасывать мяч вверх.

Катание – тренирует мышцы пальцев и кисти.

Метание вдаль, в цель характеризуется широкими и активными движениями рук, ног, туловища, что способствует профилактике нарушения осанки, развивает координацию движений, опорно-двигательный аппарат.

Движение мяча активизирует у ребенка непроизвольное внимание, а то, что он может быть брошен другому ребёнку, формирует произвольное внимание; игры с мячом нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно для гиперактивных детей.

Полезные упражнения для детей с мячом

Подбросить мяч вверх, поймать двумя руками.

Подбросить мяч вверх, дать ему упасть, после отскока поймать.

Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши, поймать.

Ударить мяч о землю, поймать его после отскока.

Ударить мяч о стенку, поймать двумя руками после отскока от земли.

Ударить мячом о стену, хлопнуть в ладоши, поймать мяч.

Ударить мячом о стену, перепрыгнуть через него.

Перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы.

Перебрасывать мяч друг другу с ударом об пол.

Перебрасывать мяч через сетку.

Бросить мяч вдаль любым способом: из-за головы, от плеча, снизу.

Прокатить мяч, чтобы сбить кегли, кубики, фигурки.

Прокатить мяч между двумя параллельными линиями; между ножками стула.

Ударом ноги по мячу сбить кеглю /расстояние 1-3м/

Ударом ноги по мячу забить мяч в ворота.

Отбивание мяча на месте правой, левой рукой и поочередно – правой-левой.

Отбивание мяча правой или левой рукой в движении.

Бросать мяч в корзину одной или двумя руками /расстояние 1-3м/

Метание мяча в вертикальную цель: ствол дерева, пометка на стене и др.

Метание мяча вдаль на максимальное расстояние.

Играйте вместе с детьми!

Игры для детей от рождения до полутора лет. Специальный мяч с пупырышками можно использовать уже с самого рождения ребенка - для массажа кистей и ступней малыша. Маленький **ребёнок** берет, перекладывает, катает, бросает мячик – чем разнообразнее манипуляции, тем лучше. Всё это способствует **развитию речи ребенка**.

Игры для детей от полутора до трех. **Игры с мячом** в этом возрасте развивают ловкость и координацию ребенка, помогают ему понять, как ориентироваться в пространстве и, что не маловажно, учат его взаимодействовать с другими детьми или взрослыми. Можно придумать множество **детских игр** с мячом, как на улице, так и дома. Например, мама

может скатывать маленькие мячики с установленной под углом поверхности, а задача ребенка ловить или просто собирать их с пола в пустую коробку. Затем мама с ребенком меняются местами. На улице зимой мячики можно лепить из снега и бросаться ими, это хорошо развивает **мелкую моторику** рук, укрепляет мышцы пальцев и учит ребенка меткости.

Игры для детей от трех до шести. После трех лет ребенок уже может осваивать более сложные **игры с мячом**. Ему будет интересно играть в компании других детей или с родителями. Например, когда взрослый кидает **мяч** одному из детей, а ребенок должен поймать его и бросить обратно. Такая игра развивает зрительно-двигательную координацию и укрепляет социальные навыки ребенка.

Какие же конкретные рекомендации можно дать 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 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 его во все новые виды игры, систематически повторяя их.

Не забывайте о возрасте вашего ребенка, его физических возможностях! Обращайте внимание на упражнения, которые ребенок выполняет с радостью, без нажима с вашей стороны. Представьте себе, что вы сами – ребенок. Прекрасно, если вы ободрите своего малютку похвалой; удивитесь тому, какой он ловкий, смелый, быстрый; что он уже сам может показать другим. Пусть ребенок демонстрирует свои умения перед всеми членами семьи или его же сверстниками: это постепенно развивает у ребенка уверенность в своих силах, стремление учиться дальше, осваивая новые, более сложные движения и игры.

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. Первые игры с мячом бесценны по своей значимости для здоровья, эмоциональной достаточности, физического и интеллектуального развития маленького ребенка. На протяжении всего дошкольного детства игры с мячом

усложняются и как бы "растут" вместе с ребенком, составляя огромную радость детства.

Консультация родителям.

Подвижные игры летом на даче.

Одним из важнейших вопросов в летний период является организация досуга детей. С одной стороны, хорошая погода и возможность проводить достаточно времени на свежем воздухе во многом снимают остроту этой проблемы. Однако привычные игры детям быстро надоедают, и если их активность не находит применения, они способны нанести ущерб как самим себе, так и окружающим.

Взрослым важно найти баланс между самостоятельной активностью детей и организованным досугом.

К 5 – 7 годам у ребенка могут быть воспитаны довольно устойчивые формы поведения, отношения к окружающему, соответственно усвоенным моральным правилам и нормам. В детском саду воспитание детей состоит, прежде всего, в том, что его повседневная жизнь и деятельность – игры, различные занятия, труд, организуются и протекают в условиях детского общества.

Игровая деятельность всегда связана с возникновением и развитием между детьми определенных взаимоотношений. Правильно подобранные подвижные игры способствуют у детей нравственных качеств. В игре позиция каждого ребенка активна. Ребенок играет, пока сам это хочет и пока ему интересно, найдя товарищей (или взрослых) по игре и вступив с ними в определенные отношения. Результат и сам процесс подвижных игр носит соревновательный характер. Игра способствует тесному общению между

детьми (или ребенком и взрослым), установлению контактов, возникновению чувств и симпатии, а может иногда антипатии между ними. Коллективные спортивные игры сплачивают ребят, учат поддерживать друг друга, способствуют формированию товарищеских отношений. У ребят формируются справедливые отношения к собственным успехам, к проигравшим на доброжелательности, и желании помочь товарищу научиться тому, что у него не получается или он еще не умеет.

Большое значение в подборке игр для развития нравственных качеств надо выбирать такие, где можно создать или созданы такие объективные условия для активации нравственного опыта ребенка, усложняя задачи и создавая новые варианты игры.

Подвижными называют игры с относительно простым содержанием, где используются естественные движения, а достижения цели не связано с высокими физическими и психическими напряжениями, а носят соревновательный характер. Игра по праву занимает одно из центральных мест в сфере физического воспитания. Только игра является одновременно средством и методом физического воспитания. Подвижные игры должны проходить под наблюдением воспитателя. При выборе игры необходимо учитывать конкретные интересы и склонности детей, а так же характер материала, пройденного на занятиях по физическому воспитанию, чтобы можно было совершенствовать разученные движения. Надо обращать внимание детей на соблюдение правил игры. Есть подвижные игры, где правила устанавливаются самими детьми. Но эти правила надо обговаривать ребятам до начала игры, тогда это и будут правила для всех играющих. Это воспитательная ценность, дисциплинирует ребят, помогает самостоятельно договориться и соблюдать договоренности.

Игры с обручем и скакалкой.

Улучшить физическую подготовку ребенка можно также при помощи обруча и скакалки.

Игра с камешками

Детки очень любят собирать камни. Наберите камней разного цвета и размера в ведро, высыпьте их в миску с водичкой и помойте. Когда вы помыли камешки, можно начинать с ними играть.

Надувание мыльных пузырей.

Такая игра будет, не только полезна, но и доставит массу удовольствия! Главное набраться терпения и научить ребенка надувать мыльные пузырьки. Летние игры для детей с помощью мыльных пузырей станут не только радужными, но и веселым развлечением в виде догонялок за пузырями. Надувая пузыри, малыши тренируют легкие.

Подвижная игра с дидактической направленностью.

Подвижная игра с дидактической направленностью, в отличие от строго регламентированных движений, всегда связана с инициативным моментом решения двигательных и дидактических задач и протекает на эмоциональном фоне, стимулирующем двигательную активность и умственную работоспособность, отодвигая возникновение утомления. В подвижной игре

с дидактической направленностью гармонично сочетаются два начала: учебно-познавательное и игровое двигательное.

Летающая тарелка.

Очень увлекательна игра с пластмассовой тарелочкой (frisби). В неё может играть любое количество человек. Но эта игра должна быть только под присмотром взрослых, чтоб не нанести травмы играющим или вред имуществу.

На самом деле вариантов летних игр с детьми очень много, просто подключите свою фантазию, и каждый день лета будет праздником для вас и ваших детей.