



Мелкая моторика

Я мячом круги катаю!

Я мячом круги катаю,
(между ладоней по кругу)

Взад-вперед его гоню,
(движения от себя - к себе)

Им поглажу я ладошку,
(гладим)

А потом сожму немножко
(сжимаем мяч)

Правой ручкой мяч привилку
Ну, а левой - повторю!

А теперь последний трюк -
Мяч летает между рук!
(переброс мяча из руки в руку)



3. Положите ребёнка животом на мяч. Удерживая одной рукой за ноги, а другой — за руки, побуждайте его прогнуться и выполнить «лодочку».

4. Пosaдите ребёнка на мяч среднего размера, придерживая за талию. Пусть малыш бросает маленькие мячи в ведро, расположенное на расстоянии 60 см от него.

5. Сядьте на пол перед мячом друг против друга. Пусть малыш с усилием барабанит ладонями по мячу.

Мяч – самая простая и в то же время универсальная игрушка, роль которой в развитии малыша почему-то немного принижается. Что можно особо интересного делать с этим мячом? Кидать туда-сюда, ну ещё пинать... Вот вроде и всё.

На самом деле обычный мяч может послужить хорошим «тренажёром» для развития у вашего ребёнка самых разнообразных умений и навыков. Особенность игр с мячом в том, что они дают нагрузку на разные группы мышц. Это настоящая комплексная гимнастика. К тому же движения пальцев и кистей рук (захват мяча, удерживание, подача) стимулируют определенные зоны мозга, способствуя развитию речи ребёнка. И вполне очевидны такие плюсы занятий с мячом, как развитие глазомера, ловкости, координации движений.

Хватаем

Уже в 4-5 месяцев кроха учится хватать и держать предметы. Небольшой мячик отлично поможет в тренировке этого умения. А если внутри будет пищалка, то малыш, пытаясь извлечь звук, будет учиться сжимать-разжимать пальчики – вот и развитие мелкой моторики.

Катаем

В 10-12 месяцев ребёнку по силам уже более сложные действия, но то, что нам кажется самой простой игрой – бросать мяч из руки в руки – для него пока трудновато. Сначала надо потренироваться катать мячик, ловить и носить. Для обучения этим навыкам лучше всего использовать какую-нибудь наклонную поверхность (возьмите, например, доску и закрепите один её конец на стуле) и маленькие шарики – от погремушек или обычные теннисные, подойдут и просто хорошо сжатые комки бумаги. Теперь покажите малышу, как можно брать мячик и скатывать его с горки. Когда у ребёнка будет хорошо получаться, сделайте упражнение более сложным: пусть один из вас скатывает шарики, а другой их ловит и собирает в коробочку. Потом меняйтесь ролями.

Прокатывать мяч в заданном направлении – не такая уж простая задача для малыша. Потренироваться в отработке этого навыка можно, просто перекатывая мячик друг другу. Хорошо, если в игре примет участие папа или ещё кто-то из членов семьи или друзей. Участники садятся на пол полукругом, ведущий – напротив, на расстоянии примерно одного метра. Перед тем, как направить мяч кому-то, ведущий произносит:

Солнышко жёлтое,

Солнышко тёплое

По небу катилось, катилось,

К Саше (имя участника игры) в гости прикатилось.

Ведущий медленно прокатывает мяч двумя руками названному участнику. Тот должен поймать мяч и отправить его обратно. Малыш в этой игре осваивает не только действия с мячом, но и учится ориентироваться в пространстве, взаимодействовать с другими людьми, быть внимательным.

Кидаем

Немного более сложная игра – метание мячей в корзину. В качестве корзины можно использовать обычный тазик (лучше глубокий), только на дно постелите пелёнку или одеяло, чтобы мячи не выскакивали оттуда при попадании. Скорей всего, поначалу ваш малыш будет не кидать, а класть мяч в тазик – в 1-1,5 года это нормально. Не теряйте терпения, показывайте ему нужное действие снова и снова. Чтобы ребёнку не стало скучно, меняйте расположение «корзины» – поставьте её, например, на табурет или даже на стол. Когда игра будет хорошо освоена, усложните правила: разложите на определённом расстоянии от цели какую-нибудь верёвку (подойдет обычная скакалка), и кидайте мячи только с отмеченной дистанции.

Сбиваем

Ещё одно упражнение для развития меткости и координации движений – домашний «боулинг». Конечно, кегли у вас в квартире вряд ли найдутся, но вместо них можно с успехом использовать пустые пластиковые бутылочки 0,5 л или того же размера пластмассовые детали конструктора. Расставьте их в ряд (достаточно 2-3 штуки) и покажите малышу, как можно толкнуть большой мяч, чтобы он прокатился и сбил «кегли». Выполняйте это действие двумя руками, присев на корточки – пусть ребёнок копирует ваши движения. Обратите его внимание, что смотреть надо не на мяч, а на цель. Малышу будет интересней, если в этой игре примут участие все члены семьи по очереди.

Разыгрываем

Для выполнения следующего упражнения вспомним «Колобка»! Перечитайте сказку, обсудите с малышом, от кого Колобок сумел убежать, а от кого нет? Возьмите мячик и наклейте глазки и ротик – пусть это будет ваш Колобок. Поставьте посреди комнаты «пенёк» – табуретку или перевернутый тазик, а сами возьмите в руки мешочек или пакет. Ребёнок берёт в руки «колобка» и прокатывает его вокруг «пенька», стараясь не выпустить, а вы приговариваете: Колобок, не ленись, не ленись, вокруг пенёчка прокатись, прокатись». В какой-то момент воскликните: «Зайчик идёт!» Малыш должен поднять мячик вверх (колобок убегает от зайца). Похвалите «колобка» и продолжайте игру: потом приходит волк, медведь... А когда дойдёт очередь до лисы, то после вашего восклицания «Лисичка идёт!» ребёнок должен подбежать к вам и двумя руками положить «колобка» в мешок – колобка «съели».

Если этот момент воспринимается слишком эмоционально, то исправьте историю – пусть колобок и от лисы убежит! Для малыша это довольно сложная игра: ему нужно не просто уметь катать мячик и удерживать его возле себя, но и помнить последовательность действий, быть внимательным. Осторожно! Нельзя играть в «колобка» долго – это слишком большая нагрузка на детский позвоночник. Двух-трёх повторов подряд будет достаточно. И пусть потом ребёнок обязательно выпрямится и потянет руки вверх.

Несмотря на всю пользу игр и занятий с мячом, проявляйте терпение и снисходительность, если малышу не хочется тренироваться. Не надо заставлять, требовать и ругать – лучше попытайтесь заинтересовать и увлечь, «заразить» своим энтузиазмом. Имейте в виду, что ребёнок в 1-2 года не в состоянии понять смысл упражнения «на словах» и даже с одного показа – нужен многократный повтор и пояснения. Делайте это с позитивным настроем, демонстрируйте малышу, как можно весело и интересно играть таким способом. Не забывайте хвалить даже за самые маленькие достижения!