



ИГРЫ С МЯЧОМ КАК ЭЛЕМЕНТ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА.

Игры, игры-упражнения с мячом развивают координацию движений, укрепляют мышцы плечевого пояса, развивают и укрепляют мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера, меткости. 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.

Мяч «созвучен» ребенку – так же подвижен, прыгуч, забавен – каждый раз новый в своих действиях. Именно поэтому мяч используется при развитии моторики, координации движений и ловкости. Знакомясь с игровыми свойствами мяча, малыши получают равномерную нагрузку на все группы мышц, развивают глазомер, быстроту реакции.

Мяч является средством общения между людьми. Прежде всего это способность принимать, удерживать и отдавать мяч. В играх с мячом развиваются физические качества: быстрота, прыгучесть, сила, ловкость.



Игры с мячом

Без игры нет, и не может быть полноценного умственного развития. Игра - это огромное светлое окно, через которое в духовный мир ребенка вливается живительный поток представлений и понятий. Игра - это искра, зажигающая огонек пытливости и любознательности».

В.А. Сухомлинский.

«МЯЧ В КРУГУ»

Цель. Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве, развивать фиксацию взора, активизировать прослеживающую функцию глаза.

Ход игры. Дети сидят на корточках на полу, образуя круг. Педагог (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 педагога («Катенька, покати мячик Диме») девочка прокатывает мяч двумя руками названному участнику. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ребенку, которого называли по имени, и т.д.

Правила: мяч нужно отталкивать посильнее, что бы 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, развивать умение ориентироваться в пространстве, активизировать прослеживающую функцию глаза.

Ход игры. 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 маленький (диаметром 5-8 см) или двумя руками, если большой (диаметром 18-20 см).

Правила: ребёнок смотрит вперед, прежде чем катит мяч. Не бежит за мячом сразу, а дожидается речевого сигнала.

«СБЕЙ КЕГЛЮ»

Цель. Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель умение энергично отталкивать мяч в заданном направлении, развивать фиксацию взора.

Ход игры. Педагог (взрослый) ставит две-три кегли на расстоянии 1-1,5 м от ребенка, дает ему большой мяч. Ребенок приседает на корточки, наклоняется, ставит ноги чуть шире плеч в обозначенном взрослым месте (цветной кружок или шнур), прокатывает мяч двумя руками вперед, стараясь сбить кегли. Затем идет за ним, поднимает и возвращается. Педагог сопровождает свой показ такими словами:

«Посмотри, какие кегли.
(педагог указывает на кегли)
Ровно-ровно в ряд стоят!
К ним направим мяч умело
(толкает мяч двумя руками)

И они уже лежат!
(обращает внимание на сбитые кегли)