

Физическое развитие

Мой весёлый звонкий мяч.

Дорогие родители! Давайте поговорим о значении игр с мячом для всестороннего развития ребенка.

Мяч - предмет, прекрасно знакомый и понятный для взрослых. Но стоит взглянуть на мячик глазами малыша, ведь он таит в себе множество открытий!

О его истории появления вы с детьми можете посмотреть видеосюжет, перейдя по ссылке:

https://www.youtube.com/watch?time_continue=228&v=esC22Y8-T10&feature=emb_logo ИСТОРИЯ МЯЧА. ВЕРСИЯ 1.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=89&v=btiBOGHglWA&feature=emb_logo ИСТОРИЯ МЯЧА. ВЕРСИЯ 2.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=181&v=NWmBVb7Cxss&feature=emb_logo ИСТОРИЯ МЯЧА. ВЕРСИЯ 3.

Либо почитать и посмотреть картинки с изображением мячей из различных материалов:

<https://74438s017.edusite.ru/DswMedia/istoriyapoyavleniyamyacha.pdf>

Глазами взрослого мяч - простой шарообразный предмет, который ассоциируется с разнообразными спортивными играми. Для ребенка, впервые увидевшего мяч, он в себе таит много неизведанного и нового, это один из путей к познанию мира. Его цвет, материал, свойства и форма являются огромным потоком информации.

Мяч гладкий либо наоборот шершавый на ощупь.

Мячик имеет круглую форму, его можно не только разглядывать, но и крутить в руках.

Мяч легкий либо тяжелый, причем его вес не всегда зависит от размера.

Если мячик уронить - он подпрыгнет, если толкнуть - покатится.

Мяч можно крепко обхватить руками и принести маме, чтобы с ней поиграть или положить на горку, чтобы мячик весело съехал с нее.

Игры с мячом являются важнейшей составляющей полноценного детства ребенка. На первый взгляд они могут показаться простыми, но при этом играют громадную роль для интеллектуального и физического развития, тренируют координацию, глазомер, ловкость, скорость реакции, самоконтроль, а также для уверенности в своих силах.

Игры с мячиком благотворно влияют на детское здоровье, улучшается работа сердца, легких, зрение и осанка. Имеет мяч и социальное значение, так как помогает в развитии навыков общения и в приобретении новых друзей. Ведь нужно сначала договориться с кем-то для приглашения его в совместную игру.

Для малыша мячик - это интересный предмет с первого года жизни. Ребенок не просто играет в мячик, он варьирует им: катает, берет, бросает, кладет, переносит и многое-многое другое, это развивает малыша не только физически, но и эмоционально.

Движение кистей и пальцев рук обладают особым значением для функционального развития мозга малыша, а также развития речи. Научными данными уже подтверждено, что: участки коры головного мозга, ответственные за речевую артикуляцию и мелкую моторику пальцев, находятся в одном и том же рецептивном поле, то есть рядом. Из этого следует, что нервные импульсы, поступающие в кору головного мозга, от движения рук влияют на стимуляцию расположенных по соседству речевых зон и усиливают их активность.

Знакомство со свойствами мяча для малыша, при выполнении различных действий (катание, бросание, бег за мячиком и пр.), обеспечивает активизацию организма, нагрузку на все мышечные группы (кистей, рук, ног, брюшного пресса, туловища).

На осанку ребенка благоприятно влияет даже простое подбрасывание мячика вверх, вызывает потребность выпрямления. Можно смело заявлять, что игры с мячиком является специальной гимнастикой: развивается умение удерживать, схватывать, перемещать мяч в процессе бега, ходьбы или прыжков.

Упражнения и игры с мячом помогают развивать ориентировку, регулируют точность броска и его силу, участвуют в развитии ловкости и

глазомера, быстроты реакции и нормализации эмоционально-волевой сферы. Это особенно значимо для деток малоподвижных и деток гиперактивных.

Игра с мячом развивает мышечную силу, улучшает обмен веществ, работу сердца и легких.

Практические советы для родителей малышей

- Подготовьте один или два больших мяча диаметром 15–20 см, маленькие мячи диаметром 5–8 см (от большого и настольного тенниса, резиновые, мягкие из разных материалов, сшитые вами, бумажные шары (из скотканной бумаги, большой надувной мяч-шар.

- Покажите ребенку, как вы играете в мяч: катаете, бросаете, ловите, отбиваете от пола и т. п. Попробуйте научить этому и вашего малыша.

- 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 упрекайте его за рассеянность, невниманье, неумение и т. п. 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. Для этого возраста достаточно, чтобы ребенок научился прокатывать мяч вдаль в заданном направлении, бросать мяч об пол и вверх, правильному замаху при метании малого мяча вдаль.

- 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.

- Рифмовки (стихотворный текст) при выполнении движений с мячом, помогают сделать занятие более понятным, а главное, задают ритм выполнения игрового задания.