

Учимся играть вместе

Мяч – это рука ребёнка, развитие её напрямую связано с развитием интеллекта.

Мяч – круглый, как Земля, и в этом его сила!

С.А.Шмаков

К сожалению, умение играть с ребенком дано не каждому взрослому. Играя с малышом, мы как бы становимся детьми. Вспомним свое детство, кого из взрослого мы любили больше всех? Да тех, кто умел играть с нами. Они становились партнерами в играх, заражали фантазией, увлекали ролевым поведением, приносили в нашу жизнь радость... 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 по тому, что «созвучен» им, – такой же прыгающий, «заводной», мобильный, забавный и каждый раз новый в своих проявлениях.

Как же организовать игры с мячом в семье?

Во - первых, в условиях помещения игры должны быть организованы взрослыми. Во-вторых, взрослые должны быть непосредственными участниками игры, партнерами малыша. В-третьих, играм с мячом на улице следует уделить особое внимание : не следует играть вблизи проходящего транспорта, на высоких подиумах, платформах, необходимо избегать опасных канав или скрытых ям.

Педагогическая ценность игр с мячом.

Мальши, знакомясь со свойствами мяча, выполняя разнообразные действия с ним (бросание, катание и др.), получают нагрузку на все группы мышц (спина, брюшной пресс, ноги, руки, кисти) – активизируется весь организм. Даже простое подкидывание мяча вверх заставляет ребенка выпрямляться, что благотворно влияет на осанку. Можно сказать, что игры с мячом – специальная комплексная гимнастика: развивается умение схватывать, удерживать и перемещать мяч в процессе ходьбы, бега или в прыжке.

Такие игры и упражнения развивают ориентировку в пространстве, глазомер, ловкость быстроту реакции, регулируют силу и точность броска; нормализуют эмоционально-волевою сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гипервозбудимых детей. Кроме того, они развивают мышечную силу, улучшают обмен веществ, усиливают работу важнейших органов – легких, сердца.

Как же научить малыша ловкости и умелости в играх с мячом?

Показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей - ведущий прием в обучении малышей. Пояснение и показ упражнений требуют подготовленности детей. Ребенок 2-3 лет не владеет обобщенными способами действий в словесном выражении и поэтому не всегда может понять, что означает «прокати мяч», «подбрось мяч вверх» ит.п. например, показывая, как надо бросать мяч в даль двумя руками из-за головы, взрослый сопровождает показ простым, доступным для понимания пояснением: «Я сейчас брошу мяч далеко-далеко. Смотри, как я это делаю. Я беру его двумя руками и поднимаю вверх. Какой красивый у меня мяч! А теперь я спрячу его за голову. И.. брошу. Брошу сильно, вперед! Далеко-далеко!» Дети этого возраста лучше воспринимают показ движения, чем его словесное описание, поэтому взрослый должен показывать упражнения, сопровождая их простым и доступным пояснением. Повторение упражнений с мячом имеет большое значение для детей раннего возраста. Благодаря многократным повторениям образуются более прочные двигательные навыки: малыш начинает выполнять движения свободнее, без лишнего напряжения, у него появляется своеобразное чувство мяча. Ребенок может без усталости с большим увлечением бросать мяч на пол, катать взрослому, скатывать с горки, забрасывать в корзину или ящик. Большое разнообразие движений и их вариантов в действиях с мячом вызывает у детей интерес к мячу как к предмету спорта, что особенно важно для формирования в будущем положительных склонностей к физ. культуре.

Конкретные рекомендации родителям.

Уважаемые родители, конечно же, в современных квартирах возможности для игры в мяч очень ограничены, но все же мы можем предложить Вам 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.

Желательно иметь один или два больших мяча диаметром 15-20 см. маленькие мячи, бумажные шары из скомканной бумаги.

Сопровождение движений с мячом стихотворным текстом помогает сделать занятие более понятным, а главное, задает ритм выполнения игрового задания.

Игры с мячом

«Башенка»

Из трех, четырех кубиков мама строит башенку. Малыш, присев на корточки (наклонившись, ноги чуть шире плеч) в обозначенном мамой месте (цветной кружок или шнур), прокатывает мяч двумя руками вперед, стараясь сбить башенку, находящуюся на расстоянии 1,5 м от него. Дети, как правило, приходят в восторг от разлетающихся в стороны кубиков (которые не должны быть слишком тяжелыми).

«Поиграем с солнышком»

Ребенок сидит на полу ноги врозь. Мама (взрослый) с мячом располагается, напротив, на расстоянии 0,6-1,0 м. читает стихотворение и выполняет соответствующие действия.

Солнышко желтое (медленно прокатываем мяч от руки к руке)

Солнышко теплое (вокруг себя по полу)

По небу катилось, катилось (прокатывает мяч двумя руками ребенку)

К Мише (имя ребенка) в гости прикатилось. (Ребенок ловит мяч и затем прокатывает его двумя руками маме.)

В игре могут принимать участие и другие члены семьи (папа, бабушка, дедушка, старшие брат или сестра) или сверстники малыша. В этом случае участники образуют полукруг. Водящий располагается напротив и по очереди прокатывает мяч всем играющим. При усложнении игры водящий может направлять мяч любому из играющих, не соблюдая очередности, тем самым, вынуждая малыша быть внимательным. Исходное положение малыша тоже может меняться: сидя на полу ноги врозь, скрестив перед собой, сидя на корточках.

«Мяч в кругу»

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 глаза нос и рот) и читает стихотворение:

*Колобок, колобок,
У тебя румяный бок.
Ты по полу катись
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.

Советы маме. Нужно организовать игру так, чтобы каждый ребенок смог прокатывать мяч. Необходимо напоминать детям, что мяч нужно отталкивать сильнее, чтобы он докатился до другого участника игры, а также подавать выкатившийся из круга мяч.