

## *Значение игр и игр - упражнений с мячом во всестороннем развитии ребенка*

*Мяч – это рука ребёнка, развитие её напрямую связано с развитием интеллекта. Мяч – круглый, как Земля, и в этом сила!*



Каждый ребенок с раннего детства знаком с мячом. Игры с мячом весьма популярны, они встречаются у всех народов мира и не случайно считаются самыми распространенными. Дети очень любят играть с мячами, особенно с яркими, прыгучими и ловкими. Однако, многие родители уделяют мало времени играм с мячами. Игры, игры-упражнения с мячом развивают координацию движений, укрепляют мышцы плечевого пояса, развивают и укрепляют мелкие мышцы рук и т.д.

Систематические игры и упражнения с мячом активно влияют на совершенствование основных свойств нервной системы: силы, подвижности, уравновешенности. Если ваш ребенок замкнут, плохо вступает в контакт, не умеет дружить с другими детьми – ему очень полезно играть с мячом. В играх, которые проводятся в парах, команде, ребенок учится работать с партнером.



*Если ваш ребенок совсем не владеет мячом, сделайте с ребенком несколько начальных упражнений:*



- Раскрутить мяч вокруг своей оси по часовой и против часовой стрелки.

*Учим новую игру – мяч раскрутим на полу.  
Он кружится, как, волчок, если ощутит толчок.*

- Толкнуть мяч по полу к стене и посмотреть, какова будет отдача от неё.

*Мяч покатаем мы к стене – посмотри-ка сам.  
Оттолкнувшись, мяч спешит возвратиться к вам*

- Толкнуть мяч так, чтобы он прокатился под столом или между ножками стула.

*Мяч наш ловок – посмотри, он уже в воротцах.  
Чтоб мячом туда попасть, надо побороться.*

- Толкнуть мяч вперед и сбить им какой-либо предмет (кегли, мяч, кубик).

*Мы должны мячом сейчас сбить предмет тяжелый.  
Постараться должен мяч – этот друг веселый.*

- Подкинуть мяч вверх и поймать его. Затем, прежде чем поймать, надо успеть сделать хлопок в ладоши.

*Мяч влетает высоко, осторожно брось его.  
Ловкость мы приобретаем – ловим мяч и вновь бросаем.*

- Ударить мячом об пол и поймать. Затем отбивать мяч от пола.

*Мяч надутый, мяч пузатый, любят все его ребята.  
Бьют его, а он не плачет, веселее только скачет.*

- Перебрасывать мяч в парах с ударом об пол.

*Мяч о землю стукнем ловко, чтоб он к другу улетел.  
Друг поймал мяч со сноровкой и назад лететь велел.*

- Метание малого мяча в вертикальную мишень.

*На стене у нас мишень, мяч кидать в неё не лень.  
Тот, кто метко попадает, зоркость глаз приобретает.*

- Забрасывание мяча в горизонтальную цель (коробка, корзина)

*Вот корзина перед нами, а зачем – скажите сами.  
Будем мячик так бросать, чтоб в корзину попасть.*

Когда упражнения с мячом сопровождаются стихами, ребенок вовлекается в нужную игру ненавязчиво, без опасений, в заданной форме и порядке.

Вспомните игры своего детства, научите своих детей играть в «Вышибалы», «Лапту», «Съедобное – несъедобное», да просто погоняйте мяч на лужайке в футбол или в хоккей на траве с друзьями, соседями, родственниками, устройте веселые соревнования с теннисными мячиками, воздушными шарами.

Стоит только захотеть и у вас все получится. А в подарок вы получите море удовольствия и позитива!

***Игры с мячом – это любимое занятие детей.  
Игра воспитывает ребенка находчивым, подвижным и здоровым!!!***

