**Значение игр и игр-упражнений с мячом**

**во всестороннем развитии ребенка**

|  |
| --- |
| http://44.dou-rf.ru/wp-content/uploads/2014/10/%D0%9E%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B5-%D0%BC%D0%B5%D1%80%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%8F%D1%82%D0%B8%D1%8F-242x300.png  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.  Игры, игры-упражнения с мячом развивают координацию движений, укрепляют мышцы плачевого пояса, развивают и укрепляют мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера, меткости.  В играх с мячом развиваются физические качества: быстрота, прыгучесть, сила, ловкость. 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.  Особенно большое значение придается возникновению радостных эмоций. Положительные эмоции самые действенные!  Совместное выполнение движений (трое, четверо, в парах…) – прекрасная школа приобщения ребенка к коллективу, к деятельности «вместе». В играх, которые проводятся в парах, команде, ребенок учится работать с партнером или партнерами.  Особое место занимают игры – соревнования, эстафеты с мячом, которые развивают чувство ответственности, умение достойно проигрывать.  Ведь не только положительные эмоции, но и отрицательные эмоции побуждают к выполнению точных, слаженных действий.  Игры с мячом активизируют не только двигательную, психическую деятельность детей, но и умственную. Упражнения с мячом способствуют развитию сенсорики, движений кистей, пальцев рук, что активизирует кору головного мозга в целом, и речевые центры в частности. Игры с мячом способствуют быстрому восстановлению умственной работоспособности.  Если ваш ребенок совсем не владеет мячом, сделайте с ребенком несколько начальных упражнений:   * Покатать мяч по полу ладонью вправо – влево. Затем перекатывать мяч по полу из одной руки в другую.   *Мяч обычный дали нам, нам он очень нравится. Посмотрите, как легко мячик наш катается.*   * Покрутить 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 покатим мы к стене – посмотри-ка сам. Оттолкнувшись, мяч спешит возвратится 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 (кеглю, 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 попадать.*  Когда упражнения с мячом сопровождаются стихами, ребенок вовлекается в нужную игру или движение ненавязчиво, без опасений, но в заданной форме и порядке. |

