

Консультация для родителей

«О важности игр с мячом»

подготовила воспитатель

А.С. Цветкова

Каждый ребенок с раннего детства знаком с мячом. Игры с ним 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, и даже летом, на отдыхе мяч остается незаслуженно забытым.

Игры с мячом развивают координацию движений, укрепляют мышцы плечевого пояса, развивают и укрепляют мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера, меткости, также усиливают работу важнейших органов организма - легких, сердца, улучшают обмен веществ.

В играх с мячом развиваются физические качества: быстрота, прыгучесть, сила, ловкость.

Такие игры благотворно влияют на работоспособность ребенка, вызывают положительные эмоции. А совместные игры с родителями сближают семью, доставляют всем радость от преодоления трудностей и достижения успеха.

При выборе мяча стоит позаботиться о том, чтобы мяч был резиновым и удобно помещался в ручках ребенка.

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

Вначале необходимо сопровождать показ простым, доступным для понимания пояснением: «Я возьму мяч двумя руками и подниму его вверх. А теперь я спрячу его за голову. И... брошу. Брошу вперед! Далеко-далеко!» И даже при выполнении знакомых упражнений взрослый поясняет, что надо делать, и тут же сам дает показ движения.

Одно и то же упражнение следует показывать и пояснять не один раз, а многократно, чтобы создать у малыша правильный образ движения. Благодаря многократным повторениям у ребенка образуются более прочные двигательные навыки, он начинает выполнять движения более свободно, без лишнего напряжения. У ребенка появляется своеобразное «чувство мяча». Детям свойственно многократное повторение движений как во время овладения им, так и после уже появившегося двигательного умения.

Вспомните игры своего детства, постепенно вовлекайте детей во все новые виды игры, систематически повторяя их, и просто играйте с мячом на лужайке в футбол на траве с друзьями, соседями, родственниками.

Игры с мячом бесценны по своей значимости для здоровья, эмоциональной достаточности, физического и интеллектуального развития ребенка. Не забывайте, используйте мяч.