

Памятка для родителей «Веселый мяч»

Подготовила: инструктор по физической культуре

СП«Детский сад№1»ГБОУ СОШ№5г.Сызрани

Пальцева Н.Г.

Можно только удивляться, замечая какое разнообразие впечатлений и действий может давать малышу обычный мяч! Простейшие, на наш взрослый взгляд, действия в действительности оказываются исключительно полезными. Развивают наблюдательность, концентрацию внимания, чувства, движение и даже мышление. И зачастую, малыш самостоятельно подмечает и отыскивает многообразные тайны и сюрпризы. А это как раз и есть столь желанная для родителей самостоятельность и волевая активность.

Мяч – прообраз мироздания. Младенец может рассматривать и нескончаемо долго поворачивать перед собой мячик, шарик или другой сферический предмет, удерживая его двумя ручками. Затем, едва научившись сидеть и ползать, малыш неизменно радуется, удивляется или даже сердится на то, что мяч от него убегает, причем в самом неожиданном направлении. Малыш пока еще не может самостоятельно передвигаться. Но мяч призывает его к движению.

Мяч – предмет для великого многообразия действий. Обхватывать и удерживать круглые предметы малыш научается к 6 месяцам, а вот выпускать из рук, катать и бросать – на протяжении следующих лет, руками, ногами, головой, посредством разных приспособлений. Пожалуй, в этом мячу равных нет и не было.

Мяч – предмет наблюдения и экспериментирования. Исследование качеств и свойств разных предметов имеет для маленького ребенка огромное значение. Так малыш знакомится с миром, в котором живет, и опытным путем осваивает его. Детские наблюдения закономерностей предметного мира невероятно оригинальны. Например, теннисный мяч можно удерживать одной рукой, а большой надувной – только двумя руками. Большой мяч может быть легким, а маленький – тяжелым. На папиной ладони помещается большой футбольный мяч, а в детской ладошке – шарик для пинг-понга.

А как здорово бросать мяч с брызгами в воду, слушать звук хлопанья об пол или землю, асфальт или песок, или звучание бубенчика внутри мячика. Но, пожалуй, самое увлекательное занятие для маленьких детей – это катание мяча, сначала руками, а потом ногами. И тут случаются забавные открытия. Маленький мяч в броске проскакивает между ручками малыша, с мягким тряпичным мячиком не хочется расставаться, а ногой попасть по мячу и направить его к цели не так просто. Малыши с удовольствием катают мячи с горки и пытаются закатить на горку, бегают с мячом, неся его двумя руками перед собой, стараются сохранить равновесие на одной ноге, чтобы другой толкнуть мяч. Это очень ценные возможности для развития

координации движений и общей моторики тела малыша. А в 5-6 лет дети уже осознанно сравнивают и обсуждают свойства мячей. Все эти наблюдения в раннем и дошкольном детстве ребенок делает сначала в значительной степени бессознательно, а взрослея – все более осознанно. Собственный практический опыт и экспериментирование становится для ребенка основой важных самостоятельных физических наблюдений.

Мяч - средство общения. Постепенно из самодостаточной игрушки мяч становится средством общения. Еще не говорящий карапуз приглашает папу поиграть с ним в мячик. Дальше появляется желание не просто бросать и катать, а делать это определенным образом или с определенной целью. Например, скатывать его с горки, закатывать в ворота, забрасывать в корзину или кольцо. Бросать и катать мяч друг другу, гонять в футбол и играть в вышибалы можно только «договорившись» поиграть. Мяч становится основой для важной социальной способности принимать и отдавать.

Основная цель игр с мячом в раннем возрасте – помочь малышу научиться справляться с разнокалиберными мячиками (маленький мяч, который он может удержать в одной руке, или большой надувной, который можно удержать только двумя руками), катать, ловить и целенаправленно бросать, пользоваться палочкой, клюшкой или другими подходящими орудиями для толкания, закатывания. При кажущейся простоте все эти игры требуют и хорошей координации, и умения управлять своим телом, и даже, в известной степени, эмоционального самоконтроля. Подобные игры, требуя от малыша перечисленных качеств, одновременно их и развивают! Такие важные составляющие развития как общая моторика, пространственное представление, координация, понятия «право-лево» необычайно важны в дошкольном детстве для развития мышления и речи.

Игрушки из разных материалов развивают тактильное восприятие и дают малышу на чувственном, бессознательном уровне знание о свойствах и многообразии мира. Подавляющее большинство игр с мячом имеет большой потенциал для социального развития, общения и взаимодействия.

Разумеется, сам малыш может изобретать различные способы обращения с мячами, но ваше участие и пример совершенно необходимы! Важно обращать внимание на свое внутреннее состояние, настроение, с каким мы играем с детьми, – как мы катим или бросаем. Дети внутренне сопереживают нашему жесту – небрежному или аккуратному, стремительному или медлительному. Внутренне ребенок стремится воспроизвести именно наш жест. Ваш положительный, веселый настрой в совместной игре зажигает в малыше его собственную активность и стремление к самостоятельности.

Как выбирать мяч?

Мяч должен быть удобен и не вызывать у малыша слез от ощущения собственной неловкости!

Прыгучесть. Прыгучими могут быть не только резиновые мячи, но и хорошо набитые шерстяные. Мяч «непрыгучий» может быть «мячом катучим». Например, стеклянные шарики именно своей «непрыгучестью» и хороши! Для домашних игр из прыгучих мячей подойдут лишь хорошо

набитые шерстяные. На улице качество прыгучести становится особенно важным – «непрыгучий» мяч кажется неживым.

Тяжесть/легкость. Для ребенка, только начавшего ходить, тяжелый футбольный мяч из-за своего веса и большого размера просто не может быть игрушкой. А вот старшим дошкольникам проявлять свою ловкость с самыми разными мячами доставляет истинное удовольствие. Для малыша очень важно научиться соразмерять силу удара с тяжестью мяча. Это дает хороший опыт управления собой и предвидения результата уже в самом раннем возрасте. Понаблюдайте, как по-разному ваш малыш управляется с большим резиновым мячом и легким надувным.

Цвет. Несмотря на то, что дети обращают внимание на яркие цвета, не стоит пичкать малышей едкими, броскими анилиновыми красками. Цветовосприятие глаза лучше развивается на сочных, открытых цветах радуги, их вариантах и оттенках в пастельной гамме. Качество поверхности. Очень важно для тактильного восприятия. Чем больше будет натуральных материалов, тем богаче станет опыт ребенка в действиях с ними, комплексном восприятии их свойств и пр. Рельефная вязаная поверхность, хлопковые ткани или сукно, стекло (если оно не бьется), резина, дерево, кость, плетение из бересты, лозы и т.д. Обратите внимание, не линяет ли мяч! Не облезает ли, не отколупывается ли с него краска? Это может быть опасно для ребенка.

Дома и на улице. Дома лучше использовать для игры мягкие мячи – тряпичные, вязаные, валяные, клубки ниток с закрепленным кончиком, воздушные шары, шарики для настольного тенниса и пр. и большие гимнастические мячи. Бесспорным достоинством «мягких» мячей является их безопасность при игре в помещении. Ни обстановка, ни окна, не говоря уже о самих играющих, не пострадают. Для хранения «комнатных мячей» подойдет большая корзина в детском уголке. Уличные мячи должны храниться отдельно у входной двери в такой же корзине, коробке или контейнере (резиновые мячи разного размера, футбольные, баскетбольные и др. спортивные мячи).

В народной педагогике живет великое множество потешек и приговорок на разные случаи детской жизни. По силе воздействия на **ребенка** они значительно превосходят нудные инструкции и поучения. Рифмовки (стихотворный текст) при выполнении движений с **мячом** помогают сделать занятие более понятным, а главное, задают ритм выполнения игрового задания. «**Солнышко**» – это игра-общение. Начинать играть в нее можно *с 1,5 лет* в паре со взрослым, *после 2 лет* в компании детей, а к *4 годам* малыши уже сами садятся в круг и увлеченно играют друг с другом. Задача – научить **ребенка** направленно катить мяч, принимать и отдавать его, дать опыт игрового общения, взаимодействия и координации действий. Когда компания расширяется – появляется элемент ожидания и более сложное направление движения. Направить двумя руками мяч в определенную сторону – это непростая задача для **ребенка**, и в то же время очень важная в смысле управления собой и игрушкой. Нужен мяч такого

размера, который **ребенку** удобно ловить и катить двумя руками (диаметр мяча от 15–18 см для 2-летних малышей и до 12 см для дошкольников). Садимся вдвоем с ребенком напротив друг друга, разведя ноги в стороны. Таким образом, мы ограничиваем пространство движения мяча. Мячик в ладонях взрослого покачивается из стороны в сторону с песенкой на произвольный мотив:

*По небу солнце ходит
И в домики заходит.
И к Ване заходит
(мячик катится к Ване),
И к маме заходит
(мячик от Вани катится к маме),
И к Ване заходит,
И к маме заходит...*

Хорошо играть в компании нескольких мам с детьми. Тогда делаем с ребенком «дом» вместе – сажаем перед собой, спинкой к себе, «открываем двери» для солнышка (широко раздвигаем ноги). Игра очень нравится детям, она не утомительна и может продолжаться очень долго. Музыкальность исполнения вносит покой и размеренность. В большой группе важно, чтобы **ребенок** имел время сам решить, кому он отправляет мяч (можно увидеть некоторые симпатии и предпочтения, открытость или замкнутость). Если кто-то из детей выбрасывает мяч из круга или не отдает, то можно его поправить, сохраняя образ солнца: «О, солнышко к нам еще не заглянуло. К кому оно теперь протянет свои лучики? К Олегу, наверное». После чего продолжить пение. Аналогичные игры можно организовать за столом, используя маленькие резиновые мячи, мячики для пинг-понга, матерчатые, ватные мячи или шерстяные клубки.

- **«Летящий мяч»:** Игра подходит для детей примерно *от 3 до 6 лет*. Хорошо играть в компании от 3 до 10 детей. Если вы находитесь в помещении, мяч можно взять мягкий диаметром 15–20 см, а на улицу – прыгучий. Взрослый, произнося первые три строчки, бросает мяч одному из детей, после чего ребенок должен бросить мяч взрослому обратно.

*Летит мой мяч, летит к тебе,
Смотри, не прозевай!
Держи его, лови его,
И снова мне бросай.*

Более сложным вариантом является игра с воздушным шариком в одиночку или в группе. Ребенок подкидывает шарик или дети перебрасывают его друг другу руками, не давая упасть. Или можно дать **ребенку** воздушный шарик и пластмассовую трубочку и предложить дуть в нее и таким оригинальным способом подкидывать шарик, не давая ему упасть на пол. В этой игре необходимо соблюдать осторожность. Дистанция между детьми должна быть достаточная, чтобы они не задевали друг друга и не

сталкивались при движении. Играть лучше всего дома, а в безветренную погоду – можно и на улице.

- **«Мой веселый звонкий мяч».** Для этой игры важно, чтобы мяч хорошо прыгал. **С 4-х лет** взрослый может показать **ребенку** следующий ее вариант: ударять **мячом** об пол или стенку и ловить его двумя руками, приговаривая: «Мячик, мячик, поскачи!» Ничего, если мяч несколько раз ударится об пол, прежде чем малыш его поймает. Постепенно **к 5-6 годам** дети смогут освоить ведение мяча, сопровождая удары стихотворением С. Маршака:

*Мой веселый звонкий мяч,
Ты куда помчался вскачь?
Желтый, красный, голубой,
Не угнаться за тобой.
Я тебя ладошкой хлопал,
Ты скакал и громко топал,
А потом ты покатишься
И назад не воротился.
Покатился в огород,
Докатился до ворот,
Подкатился под ворота,
Добежал до поворота,
Там попал под колесо,
Лопнул, хлопнул, вот и все.*

Эту игру дети должны многократно видеть в исполнении взрослого или более старших детей, чтобы прочувствовать ритм движения.

Существует великое множество забав и игр с мячом на суше и на воде. Они в действительности обладают неопределимыми и весьма и весьма широкими развивающими возможностями! Составьте компанию своему малышу! Играйте с удовольствием, вспоминайте игры и забавы из своего детства!