

Мой веселый звонкий мяч

Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Он, как магнит, притягивает к себе детей, стимулируя их неумемную фантазию и двигательное творчество.

Обычно мяч рассматривают в основном как средство для развития физических качеств – ловкости, меткости, силы. Однако возможности этой игрушки далеко не исчерпываются этим. Мяч может способствовать развитию не только физических, но и многих психических способностей.

Известный немецкий педагог Ф. Фребель отмечал, что мяч разносторонне воздействует на психофизическое развитие ребенка. Можно только удивляться, сколько впечатлений и действий дает ребенку обычный мяч. Простейшие, на наш взрослый взгляд, действия с мячом очень полезны для ребенка. Они развивают координацию движений кисти руки, а, следовательно, оказывают влияние на совершенствование коры головного мозга. Значит, идет улучшение памяти, речи, внимания, мышления. Игра с мячом поднимает дух состязательности, повышает настроение, снимает агрессию, помогает избавиться от мышечных напряжений, вызывает удовольствие. Отсюда можно сделать вывод, что мяч – это рука ребенка, развитие ее связано напрямую с развитием интеллекта. Составляйте компанию своему ребенку, играйте с удовольствием, и хорошее настроение будет на целый день у всей семьи.

«Кенгуру»

Мяч зажать между коленями или щиколотками и прыгать с продвижением вперед, соревнуясь с кем-либо и не теряя при этом мяч.

«Не урони мяч»

Стать друг против друга и зажать между собой большой мяч. Дети бегут боком, приставным шагом, положив руки друг другу на плечи. Затем постараться как можно быстрее добежать до цели, не уронив мяч.

«Крокодильчик»

Пять-шесть участников каждой команды выстраиваются друг за другом в ряд. Между каждым участником зажимается мяч, который можно держать только спиной и грудью, но не руками. Руки положить на плечи впереди стоящего участника. И в этом случае нужно опять-таки как можно быстрее добежать до

цели. Точнее доползти, как крокодильчик.

«Поймай сачком»

Метатель и ловец становятся приблизительно на расстоянии 5-7 метров друг от друга. Затем метатель делает десять бросков мячом. Ловец должен попытаться поймать теннисный или резиновый мяч сачком. Количество удачных попыток подсчитывается.

«Мяч на ракетке»

Состязаются двое или две группы. Задача: пронести на теннисной ракетке мяч определенное расстояние, не уронив его по дороге. Выигрывает тот или те, кто выполнит это условие более быстро и ловко.

«Мяч на голове»

Соревнующиеся кладут на голову резиновый «бублик» – сверху мяч (волейбольный или футбольный). С мячом на голове необходимо пройти или пробежать определенное расстояние.

«Мяч через голову»

Команды встают в затылок друг другу. Капитанам вручаются мячи. По сигналу ведущего капитаны передают мяч через голову второму игроку. Второй – третьему и т. д. до последнего. Последний, получив мяч, должен обежать свою команду, встать во главе нее и послать мяч назад, точно направив его между ног членов команды. Третий, приняв мяч, бежит вперед и снова передает мяч через голову. Тут важно не только быстро сменить всех игроков, но и не запутаться в последовательности.

«Я знаю пять...»

Игрок начинает бить рукой мяч о землю, приговаривая на каждом ударе по одному слову. Например: ” Я знаю пять городов России: Москва – раз, Омск-два, Курск – три, Рязань – четыре, Самара – пять.” Победителем будет тот игрок, кто ни разу не сбился. Тематику можно придумать разную – цвета, домашние и дикие животные, цветы, деревья, имена мальчиков и девочек, названия мультиков и т.д.

«Съедобное-несъедобное» Игроки выстраиваются в ряд. Ведущий становится перед ними на расстоянии 3 метра. Он бросает каждому мяч, при этом называет любой предмет или что-то из еды. Игрок должен поймать “съедобный” мяч и отбить “несъедобный” мяч. Каждый правильный бросок – шаг вперед, а

неправильный – шаг назад. Выигрывает тот, кто первым добрался до ведущего.

«Имена»

Участники встают спиной к ведущему. Ведущий подбрасывает мяч вверх и называет имя любого игрока. Тот, чье имя названо, должен повернуться и поймать мячик. Если ему это не удалось, то он выбывает из игры.

«Выбрось мяч» Дети встают в круг, а в центре круга находится ведущий. Ребята начинают перебрасывать мяч друг другу, стараясь от него скорее избавиться. Задача ведущего – дотронуться до того, в чьих руках есть мяч. Игрок с мячом, который не успел передать мяч и которого коснулся ведущий, занимает его место.

«Солнышко»

В эту игру можно играть с 1,5 – 2 лет.

Берем мяч такого размера, который удобно ловить и катить двумя руками (диаметром 12-15 см). Садимся с ребенком напротив друг друга, разведя ноги в стороны – у каждого получается свой «домик».

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... (повторение неограниченно – закрепляет направленное катание по полу).

К 2 годам, можно расширить компанию играющих и включить в нее других взрослых или взрослых с детьми.

«Закати мяч в ворота»

Эта игра имеет широкий возрастной диапазон: от 2-х лет и много старше. Взрослый делает «ворота» из любых подручных средств (расставленные на определенном расстоянии стульчики или кубы из строительного материала) и просит детей по очереди закатывать мяч в промежуток между ними. Сначала руками, нагнувшись или присев на корточки, а затем ногой. Расстояние между ребенком и воротами можно варьировать в сторону усложнения, т.е. помещая детей все дальше от ворот, можно предоставить ребенку возможность самому выбирать расстояние.

«Летящий мяч»

После того как ребенок научился ловить катящийся по полу мяч (2-2,5 года), можно попробовать более сложный вариант занятий – ловить мяч на лету в

положении сидя и стоя (от 3-х лет). Для этих занятий нужно подбирать мяч такого размера, чтобы ребенок легко мог обхватить его двумя руками (диаметром 15 – 20 см). Лучше использовать пластиковые надувные мячи. Взрослый бросает мяч каждому из детей, просит их вернуть ему мяч или передать мяч кому-то из детей.

Взрослый бросает мяч каждому из детей, после чего мяч всякий раз возвращается взрослому.

Летит мой мяч, летит к тебе,

Смотри, не прозевай!

Держи его, лови его,

И снова мне бросай.

Мой веселый звонкий мяч

С 4-х лет взрослый может показать ребенку следующую игру: бросать мяч 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.

К 6 годам ребёнок может вести мяч рукой об пол одной или двумя руками.