

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...** (повторение неограниченно - закрепляет направленно катание по полу).

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).

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.

**"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 улице - прыгучий.

Взрослый, проигнорировав 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.**

Дистанция между детьми должна быть достаточная, чтобы они не задевали друг друга и не сталкивались при движении.

**«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, поскочи!" 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. Маршак:

**Мой веселый звонкий мяч,**

**Ты куда помчался вскачь?**

**Желтый, красный, голубой,**

**Не угнаться за тобой.**

**Я тебя ладошкой хлопал,**

**Ты скакал и громко тонал,**

**А потом ты покатишься**

**И назад не воротился.**

**Покатился в огород,**

**Докатился до ворот,**

**Подкатился под ворота,**

**Добежал до поворота,**

**Там понаг под колесо,**

**Допнул, хлопнул, вот и все.**

Существует великое множество забав и игр с мячом на свежем воздухе. Они в действительности обладают неограниченными возможностями! Составьте компанию своему малышу! Ирайте с удовольствием, вспоминайте игры и забавы из своего детства, и вам будет интересно!

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РЕСПУБЛИКА ТАТАРСТАН  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ



МАДОУ «ДЕТСКИЙ САД №95 «БАЛКЫШ»

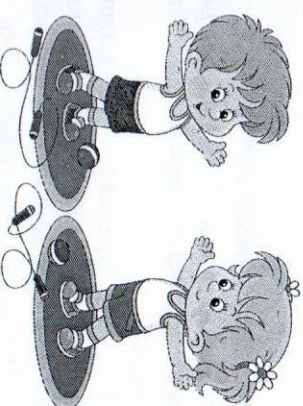
- победитель конкурсного отбора организаций на право реализации мероприятий федерального проекта

«Современная школа»

КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
«ПРОФЕССИЯ-РОДИТЕЛИ»

## МОЙ ВЕСЕЛЫЙ ЗВОНКИЙ МЯЧ

РЕКОМЕНДАЦИИ ИНСТРУКТОРА ПО  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ



Роза Минехяметьева Даркаева,  
Инструктор по ФК МАДОУ  
«Детский сад №95 «Балкыш»



## Увлекательные родимости!

Чаще всего мы видим мячи в качестве спортивного снаряда для игры в теннис, футбол, волейбол и пр. И все реже - в руках детей в качестве игрушки. Да и в детских играх мячам отводится скорее спортивно-оздоровительная роль. А между тем возможности игры с мячом распространяются далеко за пределы физического развития.

### Многоликий мяч

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

Мяч - предмет для великого многообразия действий. Обхватывать и удерживать круглые предметы малыш научается к 4-5 месяцам, а вот выпустить из рук, катать и бросать - на протяжении следующих лет, руками, ногами, головой, посредством разных приспособлений. Пожалуй, в этом мячу равных нет и не было.

### Минимальный набор мячей

*Малышам необходимы: 1 небольшой резиновый мяч, 1-2 мягких мяча для игры дома и 1 прыгучий мяч для улицы.*

Мяч - предмет наблюдения и экспериментирования. Исследование качества и свойств разных предметов имеет для маленького ребенка огромное значение. Так малыш знакомится с миром, в котором живет, и опытным путем осваивает его. Например, теннисный мяч можно удерживать одной рукой, а большой надутый - 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. Но, пожалуй, самое увлекательное занятие для маленьких детей - это катание мячика, сначала руками, а потом ногами.

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 6-8 лет дети уже осознанно сравнивают и обсуждают свойства мячей.

**Мяч - средство общения.** Постепенно из самодостаточной игрушки мяч становится средством общения. Еще не говорящий карапуз пригласит 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.

### 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 надутым.

**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.

**Окраска.** Обращайте внимание, не линеет ли мяч! Не облезает ли, не отколушивается ли с него краска? Это может быть опасно для ребенка.

### А теперь поиграем!

**"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