

Мастер-класс для родителей

«Мой друг мяч»

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.

Мячик – это одна из главнейших развивающих игрушек вашего малыша. У каждого ребенка с рождения должны появиться мячи разных размеров, материалов, цветов. Играть в них стоит и дома (что не все мы любим) и на улице. По мере взросления игры для детей с мячом усложняются, становятся доступны новые движения. Но для того, чтобы координация, ловкость и крупная моторика ребенка совершенствовались, именно взрослые могут показать массу разнообразия игр с мячом.

Игры, игры-упражнения с мячом развивают координацию движений, укрепляют мышцы плечевого 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 – прекрасная школа приобщения ребенка к коллективу, к деятельности «вместе».

Мяч надо приобретать даже самым маленьким «игрокам». Возьмите воздушный шар – привяжите его на длинной веревочке к ножке или ручке ребенка. Малыш взмахивает ручкой – шарик двигается. Сколько радости и восторга! Уже к четырем месяцам ребенок научился обхватывать и удерживать предметы. Он умеет брать и отдавать их, переключать из одной ручки в другую. В этом вам поможет мяч небольшой формы, который удобно удерживать в руке. Мяч может быть мягкий, с шумелкой внутри. К 7-8 месяцам малыш может бросать мяч. Мяч – это игрушка, которая поможет научить ребенка ползать. Положите мяч недалеко от крохи. Чтобы достать его, малыш попытается подтянуться к мячу, а вы потихоньку катите его, побуждая ребенка ползти. Пусть в вашем арсенале будет несколько мячей разного размера. Их кроха может складывать в кастрюлю и вынимать, пока мама готовит на кухне обед.

С года до трех лет научите малыша скатывать мяч с наклонной плоскости, закатывать его в «ворота», прокатить между стульями – в туннеле. Можно поставить корзину посередине комнаты и забрасывать мяч в него. Научите ребенка бросать мяч вверх, затем кому-то из взрослых.

Что значит мяч в жизни каждого ребенка?

Мяч – прообраз мироздания

Младенец может замороженно рассматривать, поворачивать, удерживать мяч, шарик, любой сферический предмет.

Научившись сидеть, ползать неизменно радуется, удивляется, порой сердится, когда мячик убегает. Ребенок не может достаточно хорошо двигаться, но мяч призывает и стимулирует его к движению.

Мячик – волшебник для многообразия действий

Обхватывать и удерживать круглый предмет малыш научается к 4 – 5 месяцам (если, конечно, это тактильный мячик небольшого размера, который можно вкладывать в ладошку с рождения). Бросать, выпускать из рук, катать и подбрасывать учится на протяжении следующих лет. У всех по-разному, кто-то так и не нарабатывает ловкости обращения с мячом. А жаль... Манипулировать с мячом можно руками, ногами, головой, посредством разных предметов...

Мяч – предмет для наблюдения и экспериментов

Форма, цвет, направление движения, размер, вес, тонет или нет в воде, как катится с горки, какой получается пнуть, а с каким сложно удержать равновесие и т.д. Это очень ценные возможности для развития координации, общей моторики тела, а также для формирования основы самостоятельных физических наблюдений.

Мяч – средство общения

Даже малыши, которые еще не разговаривают приглашают к игре в мяч сначала родителей, а затем и соратников по песочнице. Научив ребенка простейшим движениям с мячом, мы способны подарить в будущем все многообразие коллективных игр, таких как «Съедобное-не съедобное», «Джем», «Вышибалы», «Картошка», не говоря о том, что мяч

– это атрибут для спортивных игр, которые покорили весь мир. А вдруг у Вашего ребенка великое будущее в футболе или баскетболе?

Игры для детей с мячом от 6 месяцев до 3 лет

1. Сидя у взрослого на руках наблюдать, как скатывается мячик с горки.
2. Наблюдать, как мячик закатывают на наклонную плоскость или горку.
3. Сидя или лежа на животе наблюдать, как взрослый прокатывает мяч из руки в руку (вправо-влево).
4. Научить постукивать по мячу одной и двумя руками.
5. Удерживать мячи разных размеров.
6. Бросать и катать мячи в разных направлениях.
7. С поддержкой взрослого стоять и удерживать равновесие.
8. Ползать за мячом.
9. Догонять (ползти, идти, бежать)
10. Собирать раскатившиеся мячи в корзинку.
11. Сидя, прокатывать мяч друг другу.
12. Забрасывать мяч в обруч или баскетбольное кольцо, закрепленное на уровне груди ребенка
13. Бросать мяч одной или двумя руками
14. Самостоятельно скатывать/закатывать мячик с горки и догонять.
15. Использовать массажный мяч для развития мелкой моторики

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 покатаем 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.

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.

Постепенно, предлагайте ребенку различные игры, усложняя их.

Игры с мячом

Солнышко

Возьмите мяч среднего размера, сядьте с ребенком друг напротив друга, разведя ноги в стороны – делаем «домики». Катаем мячик друг другу.

По небу солнце ходит

И в домики заходит.

И к Тиме заходит (мячик катится к Тиме),

И к маме заходит (мячик от Тимы катится к маме),

И к Тиме заходит,

И к маме заходит... (повторение неограниченно – закрепляет направленное катание по полу).

Когда ребенок понял суть игры, добавляйте еще детей и взрослых. Позже ребенок сам решает, кому он хочет покатить мяч.

Летающий мяч

Возьмите мяч среднего размера, чтобы ребенку было удобно его держать в руках. Взрослый бросает мяч ребенку, а тот возвращает его взрослому.

Летит мой мяч, летит к тебе,

Смотри, не прозевай!

Держи его, лови его,

И снова мне бросай.