Муниципальная бюджетная дошкольная общеобразовательная организация Центр развития ребёнка-детский сад № 12 «Светлячок» пгт. Ярославский

**ПРОЕКТ**

«Мой весёлый звонкий мяч»

Автор: Децик Марина Анатольевна, воспитатель, 1 квалификационная категория

Пгт. Ярославский

**Паспорт проекта**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид проекта** | **Продолжительность** | **Авторы** | **Участники** | **Целевая аудитория** | **Образовательная область** |
| Исследовательский | среднесрочный | Децик М.А. | Роди-тели, воспитатель,дети | 4-6 лет | Познавате-льное развитие |

***От жизнерадостности, бодрости детей зависит их одухотворенная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. В.А.Сухомлинский***

**Актуальность**

Малоподвижный образ жизни в современных семьях, раннее приобщение детей в семье к интерактивным играм и игрушкам (компьютер, игровые приставки, телевизор, конструктор, пазлы), дефицит эмоционально-личностного общения родителей с детьми.

**Проблема:** Поверхностный интерес родителей и детей к мячу, играм с ним.

**Обоснование проблемы:**

1 Незнание родителей и детей истории мяча, его видов.

2. Неиспользование родителями в играх с детьми мяча.

3. Редкое применение детьми мяча в самостоятельной деятельности.

**Цель:** Информировать родителей и детей об истории мяча, его разновидностях, многообразии игр с ним.

**Задачи:**

1. Дать сведения родителям и детям об истории мяча разных народов и его видах.

2. Заинтересовать родителей в использовании мяча в играх с детьми.

Сформировать у родителей и детей осознанное отношение к своему здоровью.

3. Воспитывать волевые качества, целеустремленность, организованность, трудолюбие, инициативность, развивать стремление к победе и уверенность в своих силах.

4. Познакомить детей с народными подвижными играми с мячом, привлечь к употреблению в самостоятельной деятельности.

**Ресурсы проекта**

-Наличие спортивных объектов в здании детского сада: спортивный зал и оборудование: шведские стенки, маты, гимнастические скамейки, мячи разных размеров, скакалки, обручи, флажки, мешочки с песком, тоннели для подлезания, кегли, гимнастическое бревно;

-Наличие спортивной площадки, полосы препятствий (из колёс), на участке группы.

**Ожидаемый результат**

Дети:

* сформированность знаний детей об истории мяча, разнообразии игр с мячом;
* освоение детьми различных  игр с мячом и появление интереса к играм с мячом вне детского сада;
* повышение  уровня  физической подготовленности детей;
* сформированность  устойчивого  интереса к непосредственной образовательной деятельности  по физической культуре.

Педагоги:

* сформированность осознанного отношения к своему собственному здоровью;
* участие в организации и проведении спортивного развлечения по теме.

Родители:

* понимание важности занятий физической культурой и спортом для сохранения и укрепления здоровья своих детей.
* осознание своей роли в становлении основ здорового образа жизни у детей
* переход родителей с позиции наблюдателей в активных участников педагогического процесса в совместных играх с детьми;
* устойчивый интерес к сотрудничеству с ДОУ в образовательном процессе (участие родителей  в спортивном досуге по теме).

**Этапы работы над проектом**

**Подготовительный этап:**

1.Подбор литературы (происхождение мяча, история развития, мячи

современности)

Подбор картотек «Подвижные, народные игры с мячом»; « Игры с мячом для

всей семьи»; «Подвижные игры с мячом на свежем воздухе».

2.Наработка материала для создания презентации «Мячи такие разные».

3.Подборка загадок, стихов, рассказов, сказок, демонстрационного

материала.

4.Привлечение родителей к участию в проекте.

**Основной этап**

1.Беседы с детьми: «Какой бывает мяч»; «Необычный мяч».

2.Рассматривание книг, альбомов о спортивных играх с мячом (баскетбол,

футбол, волейбол и др.). Рассматривание разных видов мячей в спортивном зале.

3.Чтение стихов, загадывание загадок о мячах. Рассматривание материала

Г.Шалаева «Хочу стать чемпионом» (книга о спорте).

4.Показ электронной презентации «Такие разные мячи»

5.Совместное изготовление мячей для физкультурного уголка, мячей –

Самоделок для мини - музея.

6.Выставка творческих работ «Такие разные мячи»

**Работа с родителями**

1.Консультации: «Значение мяча в развитии ребенка»; «Народные

подвижные игры с мячом»; «Захватив с собою мяч»; Игры с мячом для всей

семьи»; « Игры с мячом на свежем воздухе».

2.Наглядная информация для родителей.

Папки: «Мой веселый звонкий мяч»; «Играем с мячом дома».

3.Рекомендации для родителей: «Выбор мяча для ребенка»; «Набор мячей

для игр».

4. Устный журнал «Если хочешь быть здоров – с мячом «волшебным»

занимайся!»

5.Спортивное развлечение детей с родителями «Школа мяча»

6.Изготовление мячей - самоделок (пошив, вязание, папье - маше и.т.д.).

7.Выставка и презентация мячей, выполненных родителями совместно с

детьми своими руками (мяч «Сюрпризный»; мяч «Футбольный»; мяч

«Регби»; мяч «Смешарик»; мяч «Настроение»; мячи для развития мелкой

моторики из разного материала с разным наполнителем.

8.Фото – рассказы «Как я играю с мячом дома».

9.Анкета для родителей.

**Заключительный этап**

1.Выставка и презентация творческих работ родителей, детей и педагогов.

2.Создание мини – музея «Такие разные мячи»

3.Презентация мини - музея родителям, педагогам.

4.Участие во внутрисадовом конкурсе «Маленький исследователь» по теме «Такие разные мячи»

**Реализация проекта**

Анкетирование семей воспитанников (21 человек) позволило выявить их отношение к предстоящей в рамках проекта деятельности. Причины болезней детей родители видят, прежде всего, в слабом иммунитете (62%), плохой экологии (43%). Они отмечают ряд факторов, влияющих на состояние здоровья: достаточное пребывание на свежем воздухе (78%), благоприятная психологическая атмосфера (76%), соблюдение режима (70%). Приемлемыми закаливающими процедурами родители признают проветривание (76%), облегченную одежду в группе (50%), умывание прохладной водой (39%). 62% опрошенных частично знают, как укреплять здоровья ребенка, испытывают необходимость помощи со стороны детского сада – 43% родителей.

**Анкета прилагается в Приложении 5.**

Результаты мониторинга уровня физического развития, проведенные с воспитанниками группы, показали, что высокий уровень развития основных движений характерен для 14% (3) детей, средний - для 62% (13), низкий – для 24% (5).

**План реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Образовательные области программы** | **Виды деятельности с детьми и родителями** | **Задачи** |
| Познавательное развитие | Беседы: «История мяча»; «Мячи разных видов спорта». НОД: «Откуда пришел мяч?»; «Мячи бывают разные»; «Тайны круглого мяча»; «Виды спорта с мячом». Дидактические игры: «Из чего сделан мяч»; «Узнай на ощупь»; «Съедобное и несъедобное»; «Звуковая цепочка»; «Фокусник»; «Найди мячи для спорта»; «Что лишнее?»; «Мяч передавай, что узнал называй".Ситуативное общение «Если не было мячей? | Расширить кругозор детей о разнообразии мячей, видах спорта с мячом. Воспитывать желание заниматься спортом. Формировать представление дошкольников об игрушках (мяч), его назначении, существенных признаках (цвет,форма,величина),о материалах, из которых они изготовлены, показать детям историю развития мяча. Побуждать детей отвечать на вопросы педагога, активизировать словарный запас детей. |
| Социально-коммуникативное развитие | Сюжетно – ролевые игры: «Мы пришли в цирк»; «Мир игрушек»; «Магазин спортивных товаров»; «Спортивная школа». Рассматривание альбомов: « Спортивные игры с мячом», « иллюстраций, фотографий мячей. Электронная презентация «Такие разные мячи» Встреча с родителями: Устный журнал «Если хочешь быть здоров – с мячом «волшебным» занимайся!» | Продолжать знакомить детей с социальной действительностью; формировать положительные взаимоотношения между детьми; умение самостоятельно решать конфликты, возникшие в ходе игры. Заинтересовать родителей темой, задачами, целями проекта; побуждать к совместным действиям вместе с ребенком; способствовать повышению познавательной, творческой и спортивной активности |
| Речевое развитие | Чтение художечтвенной литературы:С. Автономова «Про мяч»; Е. Корниенко «Мячик мой»; «Л.Ушакова «Сказка о коте футболисте»; «Сказка о мяче и Вовке»; С.Маршак «Мой веселый звонкий мяч»; А.Дутов «Быль про мяч». | Создать условия для формирования познавательного интереса к мячу в процессе знакомства со стихотворениями, рассказами, сказками о нем. |
| Художественно-эстетическое развитие | Рисование: «Мяч в речке»; «Бусы из круглых маленьких мячей»; «Как я играю с мячом»; «Мы дизайнеры мячей». Аппликация: «Мяч в полоску»; «Мячи в корзине» (коллективная работа); «Разноцветные мячи». Лепка: «Мячи для тенниса»; «Разные мячи» (из соленого теста); «Ракетка для теннисного мяча» | Развитие мелкой моторики рук, координации работы рук и глаз, чувства цвета, формы. Отражение в своих работах любимых забав, игр с мячом. |
| Физическое развитие | Подвижные игры с мячом: «Мяч в кругу»; «Зевака»; «Быстрый мяч»; «Ловишки с мячом»; «Играй, играй, мяч не теряй»; «Летучий мяч». и.др. Дыхательные упражнения: «Надуй мяч»; «Насос»; «Воздушный футбол». Комплекс утренней гимнастики «Веселый мячик» Спортивный праздник совместно с родителями: «Не послушный мячик». Папки для родителей: «Играем дома» (содержит подвижные игры для всей семьи разных народов); «Мой веселый звонкий мяч» (информация об истории мяча, данные о современных мячах, рекомендации по выбору мяча для ребенка. | Развивать у детей ловкость, выносливость, смекалку. Воспитывать интерес к здоровому образу жизни.Способствовать развитию самостоятельной двигательной активности детей Привлечь родителей к развитию физических качеств у детей; приобщать семьи к физкультуре и спорту. Создать эмоционально- положительный настрой в процессе совместной деятельности. Закрепить навыки владения мячом у детей. Обогатить знания родителей об играх детей с мячом, истории мяча. Дать рекомендации родителям по выбору мячей для детей. |

**Продукт проекта**

1.Изучена история, эволюция мяча.

2.Собрана информация о мячах соответствующих определенным видам спорта.

3.Оформлены картотеки игр с мячом (дома, на улице); картотеки подвижных игр.

4.Подобрана художественная литература о мячах (стихи, рассказы, сказки). 5.Изготовлены и собраны образцы мячей для мини - музея «Такие разные мячи» (мячи - самоделки; мячи - игрушки; спортивные мячи).

6.Создан мини – музей в группе «Такие разные мячи»

7.Проведен устный журнал «Если хочешь быть здоров- с мячом волшебным занимайся»

8.Проведено спортивное развлечение с родителями и детьми «Не послушный мяч».

 9.Презентация наработанного материала, проекта и мини - музея родителям и педагогам.

**Результаты реализации проекта**

Анализ состояния здоровья, физического развития детей средней группы «Искорки» показывает, что в ходе реализации проекта были созданы все необходимые условия для сбережения и укрепления здоровья дошкольников, воспитания ценностного отношения к здоровью, формированию основ здорового образа жизни. Результаты диагностики по выявлению эффективности до и после реализации проекта показали следующее.( рис. 1):

До реализации проекта:

- дети с низким уровнем развития основных движений были менее активны, испытывали затруднения в выполнении заданий, чувствовали себя менее уверенно.

- дети со средним уровнем развития основных движений вели себя более уверенно, чем дети с низким уровнем, но также испытывали некоторые затруднения в выполнении заданий с мячом.

- дети с высоким уровнем развития основных движений показали неплохие результаты, уверенно себя чувствовали, были активны.

Таким образом, по результатам диагностики было выявлено, что большинство детей имеют средний уровень развития основных движений.

После реализации проекта мною использовалась та же диагностика, что и в начале. Анализируя полученные результаты, сделан вывод, что уровень развития основных движений с мячом повысился, в том числе:

- количество детей с высоким уровнем развития основных движений увеличилось с 14% до 40%. Эти ребята выполняли задания с большой радостью, стали более активны и увереннее;

- количество детей со средним уровнем немного снизилось (с 64% до 50%), но произошло это за счет того, что часть воспитанников показала более высокий уровень и, соответственно, перешли в группу детей с высоким уровнем развития.

- количество детей с низким уровнем на конец проекта снизилось с 5 до 2 (с 20% до 10%). Дети при диагностике вели себя более уверено, в ответах и выполнении заданий не ошибались.

Необходимо также отметить, что, все дети проявили живой познавательный интерес к проекту в целом.

**Результаты диагностики по выявлению эффективности до и после реализации проекта**

**СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.**
1. Бабунова Т.М. Дошкольная педагогика. Учебное пособие. М.: ТЦ
Сфера, 2007.
2.Евдокимова Е.С. Технология проектирования в ДОУ. –М.: ТЦ Сфера, 2006.
3. Новые педагогические и информационные технологии в системе
образования. Учеб. Пособие/ Е.С. Полат, М.Ю. Бухаркина. – М. Изд.
Центр «Академия», 2002.
4. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. – М., 1998.
5. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста. Методический комплект программы «Детство». СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012. – 208 с.

6.Адашкявячене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн..для воспитателя дет.сада. —  М. «Просвещение» , 1992 – 159с.

7.Волошина, Л. Н. Играйте на здоровье!  Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет /  — М. АРКТИ, 2004. — 144 с.

8.Овчинникова Т.С., Черная О.В., Баряева Л.Б., Занятия,  упражнения и игры с мячами, на мячах, в мячах. Обучение, коррекция, профилактика: Учебно-методическое пособие.- СПб: КАРО, 2010 – 248с.

**Приложение к проекту**

**Консультации для родителей:**

«Значение мяча для развития ребенка».

 «Игры с мячом для всей семьи».

«Народные, подвижные игры с мячом».

**Беседы с детьми:**

«Какой бывает мяч»

«Русские народные игры с мячом».

**Конспекты занятий:**

«Мой весёлый звонкий мяч»

«Мячи бывают разные»

ЦРР-детский ад № 12 пгт. Ярославский

**«Значение мяча для развития ребенка».**

**консультация для родителей**

Воспитатель: Децик Марина Анатольевна

«Школа мяча» как одна составляющая занимательной деятельности дошкольников в физическом воспитании.

 До сих пор люди не могут точно сказать: где и когда появился первый в мире мяч. Археологи и в наше время находят на раскопках древних городов

предметы, отдаленно напоминающие по внешним данным современные мячи.

Наблюдая за воспитанниками можно суверенностью сказать, что не что так их не радует, как импровизационные игры с мячом.

В дошкольных учреждениях мяч- это не только любимая игрушка детей, но и

необходимый элемент спортивных игр (футбол, минибаскетбол, волейбол, гольф, теннис, хоккей на траве и т.д.). Первое знакомство с мячом является важнейшей формой психофизического развития ребенка. Игровая деятельность с мячами преобразуется в развивающую и даже оздоровительную.

 Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию

глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. Они формируют умения схватить, удержать, бросить предмет, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилия с расстоянием, развивают выразительность движения, пространственную ориентировку. В играх с мячом развиваются физические качества ребенка: быстрота, прыгучесть, сила. У детей дошкольного возраста еще слабо развита

способность к точным движениям, поэтому любые действия с мячом оказывают положительное влияние на развитие этого качества.

Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на физическое развитие работоспособность ребенка.

 Упражнения с мячами различного веса и объема развивают не только

крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальце и кистей, что особенно важно для шестилетнего ребенка готовящегося к обучению в школе. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма. При обучении игре в баскетбол используются самые разнообразные действия с мячом, что обеспечивает необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребенка, особенно важны мышцы удерживающие позвоночник при формировании правильной осанки .

 В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку.

В игре ребенок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действий.

Эмоциональность, динамичность, разнообразие действий и игровых ситуаций в баскетболе привлекают детей старшего дошкольного возраста к этой игрею

 Игры с мячом проводятся весной, летом, осенью во время прогулок.

Продолжительность их 15-20 минут. Целесообразно сочетать игры на прогулке с занятиями по физической культуре. Если занятия проводятся с утра, то игры с мячом лучше организовать во время прогулки после дневного сна и наоборот.

 В настоящее время имеются исследования, в том числе и зарубежные,

отражающие влияние телесных поз на психику. Утверждается, что некоторые

психические особенности человека имеют определенный мимический паспорт (К.И.Платонов, В.А. Белов и др.). Американские психотерапевты используют напряженные позы для коррекции психики. Регулярное использование напряженных поз помогает войти в контакт с собственным телом и сохранить чувство гармонии.

По мнению специалиста из США Орсона Бина, двигательные упражнения

используются для психокоррекции, помогая человеку вернуться к первичной

природе, снять эмоциональное напряжение.

 Важную роль в этом играет также «школа мяча». Она помогает

свободному самовыражению, ведет к личностному совершенствованию. Ребенок привыкает открыто выражать свои эмоции, у него появляется возможность пережить обширный диапазон чувств. Эмоциональная разрядка помогает взаимодействию с другими детьми и взрослыми, поиску общения, вербальной работе над своими реакциями. Играм с мячом отводится особая роль. Отмечая разностороннее влияние мяча на психофизическое развитие ребенка, Ф. Фребель подчеркивал его роль в развитии координации движений, кисти руки, а, следовательно, и в совершенствовании коры

головного мозга. Он считал, что почти все, в чем нуждается ребенок для своего развития, ему дает мяч. Особо важное значение имеют игры, в которых действия с мячом сопровождаются словами и песнями.

По данным Лоуэна, отбивание мяча повышает настроение, снимает агрессию, помогает избавиться от мышечных напряжений,

вызывает удовольствие. Удовольствие, по его мнению, это свобода телодвижения от мышечной брони, мышечного напряжения.

Особая роль играм с мячом отводится в работах П.Ф. Лесгафта, В.В.Гориневского, Е.А. Аркина, В.Н. Всеволодского, Э.Я. Степаненковой и др. По их мнению, ребенок, играя, выполняет разнообразные манипуляции с мячом: целится, отбивает, подбрасывает, перебрасывает, соединяет

движения с хлопками и т.д. Подобные движения с мячом развивают глазомер, координацию движений, формируют умения и навыки,

необходимые в повседневной жизни.

Мяч – удобная, динамичная игрушка, занимающая особое место в развитии

действий руки. Первые игры с мячом бесценны по своей значимости для

здоровья, эмоциональной достаточности, физического и интеллектуального

развития маленького ребенка. На протяжении всего дошкольного детства игры с мячом усложняются и как бы «растут» вместе с ребенком, составляя огромную радость детства.

ЦРР-детский сад № 12 пгт. Ярославский

«Игры с мячом для всей семьи»

Консультация для родителей

Воспитатель: Децик Марина Анатольевна

Все маленькие дети любят играть в мячик – кидать его, толкать, ловить. Кроме удовольствия, разнообразные игры с мячами развивают кисти рук, мышцы ног, координацию движений, ловкость, подвижность, быстроту реакции, а также формируют представления о цвете, форме, величине и весе предметов. В какие же игры можно поиграть с мячиками, большими и маленькими?

**Трактор**
Ребенок назначается "трактором". Он ползет на коленях по комнате и толкает перед собой головой "груз" - большой мяч, который нужно докатить до стены. На пути ребёнка можно поставить различные препятствия. Игра пойдёт веселее, если это будет соревнование двух тракторов: мамы и ребёнка.

**Соревнование с мячом**
Вы располагаетесь с ребенком на одном уровне. У вас и у него по мячу. Нужно ползти на коленях по полу и катить перед собой рукой мяч. Кто быстрее доберется до противоположной стены?

**Попади мячом.**
На небольшом расстоянии от ребенка ставится ведро (коробка или корзина). Ребенку нужно попасть в него маленьким мячом или несколькими мячами разной величины.

**Подбей шарик.**
Подвесьте воздушный шарик на уровне малыша. Можно представить, что это воздушный шар противника, который нужно подбить. Покажите, как нужно "стрелять" (кидать) маленькими мячиками по шарику.

**Раз, два, три, кидай!**
Возьмите с малышом в руки по мячу и скажите, что бросать мяч можно только после того, как он услышит слово "кидай". Скажите: "Раз, два, три, кидай!" и киньте мяч. Малыш последует вашему примеру. Иногда можно проверять ребенка на внимательность и говорить вместо "кидай!": "облако" или любое другое слово.

**Передай мяч.**
В этой игре необходимо участие 2-3-х детей и хотя бы одного взрослого. Все встают в круг. Взрослый поворачивается к соседу и передает ему мяч, тот – своему соседу и т.д. Так мяч движется по кругу. Можно усложнить игру – передавать сразу два мячика так, чтобы один никак не мог "догнать" другой.

**Переброска.**
Дети встают в круг и перебрасывают в произвольной последовательности мяч друг другу.

**Из одной руки в другую.**
У вас и у ребенка в руке по маленькому мячу. Каждому из вас нужно вытянуть руки вперед и переложить мяч из одной руки в другую. Повторите это упражнение 5-6 раз. Затем задание усложняется: нужно поднять руки вверх, переложить мяч из одной в другую и опустить руки. Самое сложное – это перекладывать мяч под коленями или за спиной.

**Удержи мячики.**
Приготовьте много мячей, маленьких и средних. Возьмите несколько мячиков в руки и скажите малышу: "Я могу удержать в руках один, два, три, четыре… мячика. А ты сколько?". Ребенок набирает в руки мячики, а вы считаете, сколько их.

**Собери мячи.**
Разбросайте по полу большие и маленькие мячи. Их нужно собрать в корзины, которые стоят в разных концах комнаты. Большие мячики – в большую корзину (коробку), маленькие - в маленькую корзину (коробку). Посреди комнаты можно поставить какое-то препятствие: барьер, через который нужно переступать или обруч, в который нужно пролезать.

**Мячи в корзине.**
Покажите малышу мячи в корзине (мячей должно быть 10-15 штук разного размера). Включите веселую музыку и рассыпьте мячи по полу. Задача малыша - успеть собрать все мячи обратно в корзину, пока не закончилась музыка. Так же эта игра подойдет и для большой компании.

**Лабиринт для мячика.**
На полу в ряд друг за другом на небольшом расстоянии расставляются кубики (5-6 штук). Ребенок ползет рядом с кубиками и зигзагообразно прокатывает между ними мяч, стараясь не выпустить его из рук. Можно играть, будто мяч – это Колобок, который катится по лесной тропинке.

**Горка для мячика.**
Установите наклонную доску, чтобы получилась горка. Покажите ребенку мячик и обыграйте, будто это колобок. И он пришёл покататься с горки. Пусть ребёнок помогает колобку скатываться с горки. Внизу можно расставить кегли, которые колобку нужно сбивать или, наоборот, между которыми колобку надо "проскальзывать".

**Мяч, катись!**
Поставьте стул посреди комнаты и сядьте с ребенком с противоположных сторон от стула. Прокатывайте друг другу мяч под стулом. При этом можно приговаривать:
*Мой мяч катись,
Ко мне вернись.
Один, два, три
Мячик мне толкни!
Два, один,
Поиграем с ним!*

**Ворота.**
Встаньте перед ребенком, широко расставив ноги. Малышу надо прокатывать между вашими ногами мяч. Затем вы будете прокатывать мяч под его ногами.

**Туннель из стульев.**
Поставьте друг за другом несколько стульев или табуретов. Ребенок садится на пол и двумя руками с силой толкает мяч. Задача состоит в том, чтобы мяч выкатился с противоположной стороны.

**Мяч под дугой.**
Перед ребенком устанавливается дуга-воротца, позади которой располагаются кегли или башенки из кубиков. Ребенку нужно прокатить мяч под дугой и сбить кегли или башенки.

**Урони и поймай.**
Покажите малышу, как нужно ударять мячом об пол и снова ловить его.

**Гол**
Вы с ребенком садитесь на пол на небольшом расстоянии напротив друг друга и вытягиваете ноги вперед. Берёте большой пляжный мяч и толкаете его друг другу ногами. Вы и малыш должны вовремя отталкивать мяч ногой, чтобы он не закатился в "ворота" между ног.

**Кто быстрее принесёт мяч**.
В этой игре необходимо участие как минимум двух детей. Взрослый бросает мяч и говорит: "Кто быстрей?". Дети бегут к мячу. Кто первым принесёт мяч?

**Разноцветные мячи.**
Для этой игры также требуется несколько игроков. Приготовьте разноцветные мячи. Дайте каждому ребенку в руку ведро определенного цвета. Разбросайте мячи по комнате. Задача детей – собрать в свои ведра мячи, соответствующего цвета (красные мячи - в красное ведро, синие - в синее...).

**Русские народные игры с мячом**

Шлёпанки

Дети встают в круг лицом к центру на расстоянии шага друг от друга. Выбирают водящего, считают до 5: пятый — водящий. Он выходит в центр круга, называет по имени одного из играющих и бросает мяч о землю так, чтобы он отскочил в нужном направлении. Тот, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлепает ладонью), стоя на одном месте. Число отбиваний мяча по договоренности, но не более 5, чтобы детям не приходилось долго стоять в ожидании. После отбиваний мяча игрок перебрасывает его водящему. Игра продолжается до тех пор, пока кто-то не уронит мяч. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего. Играть можно в 2—3 мяча, тогда выбирают 2—3 водящих.

Мячик кверху

Дети встают в круг, водящий идет в его середину и бросает мяч со словами: **«Мячик кверху!»** Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: **«Стой!»** Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Запятнанный становится водящим. Если же водящий промахнулся, то остается им вновь и игра продолжается.

Подстенка

Дети (не более 4 человек) встают друг за другом, лицом к стене. Первый игрок бросает мяч в стену, стоящий за ним ловит. Поймав мяч, он бросает его в стену, а ловит первый игрок. Затем первый снова бросает мяч, но так, чтобы, отскочив от стены, он долетел до третьего игрока. Третий ловит его и бросает в стену, первый ловит мяч и снова бросает его так, чтобы, отскочив от стены, он перелетел через головы всех играющих и достиг четвертого игрока, который должен поймать мяч.

После этого играющие меняются местами, первый встает последним, второй первым и т. д. Игра заканчивается, когда все играющие выполнят роль водящего.

Один в лапту

На площадке проводят линию кона. Играют двое. Один ребенок встает за линию кона, он подбрасывает мяч и отбивает его лаптой. Другой ловит мяч в поле. Если он поймал мяч, то идет за линию кона отбивать мяч.

Правила

1. Игрок кона в случае промаха имеет право отбивать мяч два раза.

2. После двух промахов игрок кона меняется местом с игроком поля.

Старые лапти.

На одной стороне площадки проводят черту — это город, где находятся все играющие. Пространство за городом — игровое поле. Дети встают к черте и прокатывают мячи в сторону поля. Чей мяч дальше укатился, тому и водить. Мячи остаются на игровом поле, только водящий берет один мяч. Он ждет, когда за мячами будут выходить играющие, и всех, кто переходит черту города, старается осалить мячом. Когда водящий промахнется, он догоняет мяч, а играющие стараются взять Свои, мячи и убежать за черту. Если играющих не осалили, то они еще раз прокатывают мячи, а водящий в этом случае остается прежним. Если же кого-то осалили, то осаленный становится водящим.

Правила

1. Играющие должны брать с игрового поля только по одному мячу.

2. Водящему разрешается на игровом поле переходить с одного места на другое.

Мяч с топотом.

Участники игры делятся на две группы и встают друг против друга на расстоянии 4—6 м. На середину поля кладут любой предмет. Игру начинает по жребию первый игрок одной из команд. Он называет по имени игрока из второй команды, бросает ему мяч и быстро бежит на середину поля, останавливается у предмета, топает ногами и возвращается на свое место. В это время игрок, поймавший мяч, старается его осалить. Если он промахнется, то переходит сам в первую группу, если же попадет мячом, то осаленный переходит во вторую группу. Побеждает группа, в которой окажется больше детей.

Застука

На площадке роют лунку, водящий кладет в лунку шар. На расстоянии 3—6 м проводят черту, откуда играющие поочередно бросают битой в шар. Около лунки кладут застуку — небольшую доску. Как только один из играющих попадет в шар, все, кто бросил биты, бегут за ними, быстро возвращаются на свои места, постучав по пути битой в застуку. Водящий бежит в поле за шаром вместе со всеми и, прежде чем положить его в лунку, также стучит о доску. Тот из играющих, кто постучал о застуку сразу же после водящего, встает у ямки с шаром, а водящий идет в поле.

Охотник.

Одного из детей по жребию выбирают охотником, все остальные игроки — дичь. Игра начинается так: охотник играет в мяч, остальные в это время ходят по площадке. После 3—4 упражнений он кричит:**«Дичь!»** Все останавливаются, и он со своего места пятнает кого-то из детей. Запятнанный становится помощником охотника, остается на площадке и встает недалеко от охотника. Если близко от охотника нет дичи, он может передать мяч своему помощнику, и тот пятнает игроков.

Охотник неточно может бросить мяч, промахнуться. В этом случае играющие переходят на другие места. Охотник бежит за мячом, берет его, кричит: **«Дичь!»** — и все останавливаются. Игра продолжается до тех пор, пока у охотника не появится определенное количество помощников (по договоренности — от 3 до 5 человек).

Правила

1. Игрокам не разрешается двигаться после слова «Дичь!»

2. Играющие могут перейти на новое место, если при Передаче от охотника к помощнику мяч не был пойман, упал на землю.

3. Игрокам не разрешается прятаться от охотника за предметы.

4. Охотник должен выполнять разные упражнения с мячом.

Указания к проведению

Эту игру нужно проводить на большой площадке, иначе охотник и его помощники быстро переловят дичь. Для усложнения можно разрешить детям увертываться от мяча — отклоняться, приседать, подпрыгивать, но нельзя сходить с места.

Стойки.

Дети встают у стены на расстоянии 4—5 шагов, у одного из них мяч. По сигналу он бросает мяч о стену и называет по имени одного из игроков. Тот, кого назвали, ловит мяч и бросает его о стену, называя нового игрока, и т. д. Если игрок не поймал мяч, то он становится салкой. Ему нужно быстро поднять мяч и крикнуть: **«Стой!»** Так как дети в это время все разбегаются в разные стороны, на сигнал **«Стой!»** они останавливаются. Салка пятнает ближайшего игрока, запятнанный выходит из игры. Играющие идут к стене, салка начинает игру. Если же салка промахнулся, то, пока он бегает за мячом, играющие стараются убежать как можно дальше. Салка берет мяч, кричит: **«Стой!»** — и вновь пятнает играющих.

Игра продолжается, пока не будет осалена половина играющих.

Правила

1. Играющим разрешается ловить мяч с отскоком от земли.

2. Салка не должен сходить с места, когда он пятнает игрока.

Зевака.

«Зевака» - дети встают в круг, на расстоянии одного шага друг от друга и начинают перебрасывать мяч, называя по имени того, кто должен ловить мяч. Мяч перебрасывают, пока кто-то его не уронит. Тот, кто уронил мяч, встаёт в центр круга и по заданию играющих выполняет 1- 2 упражнения с мячом.

Большой мяч.

Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустить мяч между ног, становиться водящим. Но он становится за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадает в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середину встаёт тот, кто пропустил мяч.

**Перебежки**

Дети делятся на две равные группы, встают друг против друга на расстоянии 3-4м и начинают перебрасывать мяч друг другу. Если ребёнок не поймал мяч, он переходит в другую команду и встаёт за игроком, который бросил ему мяч. Выигрывает та команда, в которую больше перешло игроков.

*Правила.*1. Мяч игроки перебрасывают друг другу по порядку.

2. Тот, кто начинает игру, может придумать любое упражнение, а другие должны точно его повторять.

*Указания к проведению.* Если в игре принимает участие большое количество детей, то нужно дать 2-3 мяча. Взрослый может взять руководство игрой на себя, подсказать детям, какое упражнение они должны выполнить.

**Мяч в стену**

На расстоянии 1-2 м от стены проводят черту. Играющие встают в поле за чертой свободно, кому как удобно. Водящий встаёт у черты лицом к стене

 и бьёт мячом в стену, так, чтобы он перелетел за черту. В поле его ловит тот игрок, которому это удобнее. Поймавший мяч перебрасывает его водящему. Если водящий поймает его, то уходит играть в поле, а на его место идёт тот, кто перебрасывал мяч. Если же брошенный мяч водящий не поймает, то остаётся у стены водить.

Игру можно усложнить, если играющим дать 2-3 мяча и выбрать 2-3 водящих.

**Защищай город**

Участники игры встают в круг, на расстоянии одного шага, у всех есть маленькие мячи. В середине круга построен городок, т.е. поставлено несколько кеглей на таком расстоянии, чтобы между ними мог свободно пройти мяч.

Город охраняют три сторожа.

Играющие, стоя на одном месте, ногой посылают мяч в городок. Тот, кто, прокатывая мяч, собьёт кеглю, встаёт на место сторожа.

*Правила.* 1. Мяч игроки должны только прокатывать.

2. Нельзя пропускать отбитый сторожем мяч за круг; кто пропустил мяч, выходит из игры.

3. Сторожам разрешается, защищая город, переходить с одной стороны круга на другую.

4. Сторож задерживает и отбивает мяч только ногой.

**Конспект НОД по пластилинографии в младшей группе.**

**Цель:** Учить создавать выразительный образ предмета – «мяча» посредством передачи объёма и цвета на горизонтальной плоскости. Познакомить детей с историей мяча.

**Задачи:**

- развивать умения и навыки работы в технике пластилинографии - отщипывание, скатывание колбасок пальцами, размазывание на основе, разглаживание готовых поверхностей. Развивать мелкую и общую моторику рук;

- активизировать речь, двигательную активность, расширять словарный запас, развивать сенсорную сферу, внимание, память;

- воспитывать аккуратность, самостоятельность, любознательность, умение радоваться полученному результату.

**Предварительная работа**: разучивание стихотворения С. Маршака «Мяч», подвижная игра «Большой мяч», попросить детей принести из дома свои мячи.

**Материалы и оборудование:**

- плотный картон формата А-4, шаблон круга;

- набор пластилина;

- бумажная и влажная салфетки для рук;

- доска для лепки;

- мяч;

- проектор.

**Ход непосредственной образовательной деятельности.**

1.Организационный момент.

Педагог приглашает детей поиграть в игру «Большой мяч!»

Для игры нужен большой мяч. Дети становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Но он встает за кругом. Дети поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадает в круг, дети опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середину встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется.

Педагог кладет мяч на стол пред детьми.

- С какой игрушкой мы сейчас играли?

- Как называется известное стихотворение С. Я. Маршака о мяче?

Дети вместе с педагогом рассказывают стихотворение.

2. Основная часть.

История мяча.

Мяч возник в глубокой древности. Сначала его плели из травы, пальмовых листьев, изготавливали из плодов деревьев, шерсти и шкур животных, плели из тростника, скручивали из тряпок, вырезали из дерева, шили из кожи, набивая травой или опилками.

Показ слайдов.

В Древней Греции, Риме и Египте мяч не только любили, но и уважали. Он считался самым совершенным предметом, так как был похож на солнце, а значит, обладал его волшебной силой. Греки шили мячи из кожи и набивали мхом или перьями птиц. А позже догадались надувать кожаный мяч воздухом. Такой мяч назывался «фоллис». Небольшие фоллисы использовали для ручных игр. А мячами больших размеров играли в игры типа футбола. В Древнем Риме были даже стеклянные мячи для одиночных игр.

Мяч из резины «прискакал» в Европу из Центральной Америки. Индейцы делали его из смолы, которую добывали из разрезов коры деревьев и называли «каучу» (от слов «каа» - дерево и «о-чу» - «плакать»). Нам эта смола известна под названием «каучук». Каучуковый мяч увидел известный путешественник Христофор Колумб. Его матросы привезли мяч в Испанию, и упругий колобок быстро раскатился по всему миру.

В России мячи тоже были разные. Мячами их кожи играли дети в XIII веке. Крестьянские дети играли легкими мячиками из бересты или тяжелыми мячами, туго свернутыми из тряпок. Ещё шили мячики из мягких подушечек, а внутрь вкладывали камушки, завернутые в бересту, — получался одновременно мячик и погремушка.

- Слово «мяч» связано со словами «мягкий, мякоть, мякиш». То есть мяч - это мягкий шар.

- Возьмите свой мяч. Рассмотрите его. Он какой, по форме, цвету, качеству? (Круглый, резиновый, гладкий, разноцветный, упругий).

- Какие действия можно совершать с мячом? (Кидать, бросать, ловить, катать).

- Назовите предметы из нашей жизни похожие на мяч? (Ответы детей.)

- В какие игры вы любите играть с мячом? (Ответы детей).

- А хотите слепить свой «веселый» мяч?

Практическая часть.

- Обведите карандашом шаблон круга.

- Как, вы, думаете, что сначала мы будем делать? (Закрасим весь круг пластилином).

- Да, возьмите пластилин того цвета, каким ваш мяч. Если мяч двухцветный, приготовьте два цвета пластилина, разделив мяч по вертикали тонкой колбаской. Показ педагога.

- Отщипываем маленький кусочек пластилина, раскатываем колбаску, выкладываем по контуру круга и тонким слоем размазываем по поверхности.

- Если мяч с полосками, то сначала выкладываем колбасками полоски, закрашиваем, а потом замазываем пластилином другого цвета четыре части мяча.

- Если нечаянно вышли за контур мяча или неаккуратно размазали пластилин, можно аккуратно вытереть бумажной салфеткой или выложить по контуру мяча тонкие колбаски.

Пальчиковая игра «Мячик»

(Сожмите руки в кулаки)

Мне подарили мячик,

Он круглый и большой.

(Вращение кистями рук).

Взлетает он до неба

Над моею головой.

(Ударять кулаком о ладонь другой руки).

3. Рефлексия.

- Какие яркие мячи у вас получились! Вам они нравятся?

- С какими словами связано слово «мяч»?

- В какой технике мы с вами работали?

- Кому бы вы хотели подарить свой мяч? Почему?

**Конспект непосредственно образовательной деятельности в средней группе**

**Интеграция областей: речевое развитие, познавательное развитие, физическое развитие.**

**«Мячи бывают разные».**

**Цель:**

Учить детей составлять описательный рассказ – загадку, используя схему.

**Задачи:**

 Познакомить детей с разными видами мячей, происхождением слова «мяч».

 Обогащать словарь детей прилагательными и глаголами.

 Уточнить знания детей о правилах безопасности при игре с мячом.

 Упражнять в умении ориентироваться на плоскости.

 Воспитывать потребность ребенка получать новую информацию о знакомых предметах.

**Оборудование:**

Мячи, картинки (демонстрационные) с изображением разных видов мячей; зеленые листы бумаги с разметкой футбольного поля, футбольные мячи из крышек; разрезные картинки мячей (пазлы), схема описательного рассказа об игрушке.

**Предварительная работа:**

Наблюдение за мячом и его свойствами.

 Загадывание загадок, чтение стихотворений о мяче.

**Ход НОД**

I. Введение в тему занятия

Собираем пазлы.

 - Что получилось?

 - О чем сегодня будем говорить?

 - Хотите узнать что-то новое о мячах?

II. Рассказ воспитателя

- В старые времена дети играли легкими мячиками из бересты или тяжелыми мячами, туго свернутыми из тряпок. Девушки шили мячики из мягких подушечек, а внутрь вкладывали камушки, завернутые в бересту, или бубенчики, получался одновременно мячик и погремушка.

 2. Показ мячей. Компьютерная презентация.

 а) Вот такие веселые, звонкие, мягкие мячи шили девушки (2 мяча).

 б) А этот мяч называли «попинушка».

 - Как вы думаете, почему его так называли? (для игры ногами)

 в) Этот мяч древнерусский, носил название «пенек».

 - Почему?

 г) А этот «китайский» мяч.

 - Почему его так называли? (его обшивали шелковыми нитками, был первым привезен из Китая).

III. Современность

1. Современные люди научились надувать мяч воздухом. В настоящее время существует множество самых разных мячей. Но они все имеют одну форму.

 - Какую? (круглую)

Бывают мячи овальной формы, для игры в регби.

 - Слово «мяч» произошло от слова «мягкий, мякиш», т.е. мягкий шар.

 2. Делают мячи из разных материалов.

Дидактическая игра «Угадай на ощупь»

Дети должны, не заглядывая в мешок, определить из какого материала сделан мяч.

3.Для каждой спортивной игры существует свой мяч.

Дидактическая игра «Что можно делать с мячом?»

Играть, пинать, подбрасывать, ловить...

 (Воспитатель бросает мяч ребенку, он называет действие и возвращает мяч обратно).

IV. Составление рассказов

В обруче лежат несколько мячей, глазами выберите один из них и с помощью этой схемы – помогалочки, расскажите о нем, а мы должны угадать о каком мяче шел рассказ (2-3 рассказа, оценка- выделить в каждом рассказе что – то особенно интересное).

V. Задание на ориентировку на плоскости

- Хотите поиграть в футбол?

Дидактическая игра «Мяч на поле»

- Подойдите к столам, рассмотрите ваше футбольное поле, возьмите «мяч» в руки.

Итак:

Положите мяч в центр поля.

 Мяч отправляется в левый верхний угол.

 Гол! Мяч в правых воротах.

 Положите мяч в центр поля.

 Мяч в правом нижнем углу.

 Мяч в правом верхнем углу.

 Гол! Мяч в левых воротах.

 Мяч в левом нижнем углу.

VI. Правила по технике безопасности при игре с мячом

- От игры с мячом могут случаться и неприятности, если забыть правила безопасности.

 - Как приучить мяч быть послушным?

1. Не играйте с мячом возле стеклянных окон, витрин магазинов. Почему? Мяч может их разбить.

 2. Не играйте с мячом возле проезжей части дороги. Почему? Мяч может выкатиться под колеса проезжающей машины, вызвать аварию. И конечно, ни в коем случае нельзя выбегать за мячом на дорогу!

 3. Нельзя сидеть на мяче, прокалывать его. Почему? Это испортит мяч.

VII. Заключительная часть

- Эту коробку мне передали дети подготовительной группы.

 - Что же за секрет приготовили дети?

 - Надуйте воздухом.

 - Что получилось? (легкий, бумажный, безопасный мяч).

 - Хотите поиграть? (дети играют, занятие заканчивается).

Консультация для родителей «Игры с мячом»

К сожалению, умение играть с ребёнком дано не каждому взрослому. Играя с малышом, мы как бы становимся детьми. Вспомним своё детство: кого из взрослых мы любили больше всех? Да тех, кто умел играть с нами. Они становились партнёрами в играх, заражали фантазией, увлекали ролевым поведением, приносили в нашу жизнь радость…

Среди разнообразия детских игр можно выделить особый вид – игры с мячом. Многие родители не дают детям мяч в домашних условиях, считая его опасной игрушкой: можно разбить окно, зеркало, люстру… И это понятно, мяч побуждает к высокой подвижности, поэтому, как считают многие взрослые, в руках малыша он становиться «непредсказуемым» предметом. И в то же время все согласятся, что игры с мячом являются любимыми играми с раннего детства. По всей вероятности, этот предмет любим детьми ещё и потому, что «созвучен» им, - такой же прыгающий, «заводной», мобильный, забавный и каждый новый раз новый в своих проявлениях.

Как же организовать игры с мячом в семье?

Во-первых, в условиях помещения игры должны быть организованны взрослыми. Во-вторых, взрослые должны быть непосредственными участниками игры, партнёрами малыша. В-третьих, играм с мячом на улице следует уделить особое внимание: не следует играть вблизи проходящего транспорта, на высоких подиумах, платформах, необходимо избегать опасных канав или скрытых ям. Мяч требует уважения к себе и безопасного пространства: умная игрушка достойна умного подхода к её использованию.

Мяч таит в себе гармонию формы, яркость цвета, динамичность, поэтому эмоционально воздействует на ребёнка, что находит отражение в содержании детских игр. Умение пользоваться им разумно созвучно самой природе раннего детства.

Мяч: забава, игрушка, спортивный инвентарь.

Сенсомоторная активность – основа жизни и развития ребёнка. Это значит, что он с рождения нуждается в сенсорной информации и движении. Известно: первые целенаправленные двигательные акты ребёнка связаны с активизацией движений головы (удержание, повороты). Развитие зрения, слуха, осязания, а также сенсорная информация, которую воспринимает малыш из окружающего мира, способствуют своевременному созреванию анализаторов и двигательных зон коры головного мозга.

Двигательная активность ребёнка формируется «от головы к конечностям». В животном мире наблюдается обратное – «от конечностей к голове». Например, новорождённый котёнок, зайчонок, бельчонок и другие детёныши животных начинают передвигаться раньше, чем видеть и слышать. У ребёнка же сначала активизируются сенсорные сферы: зрение, слух, осязание и пр. И к году дитя делает свои первые шаги!

Отечественный учёный, врач-педиатр Н.М. Щелованов, подчёркивал: удовлетворение ранней сенсомоторной потребности маленького ребёнка связанно, прежде всего, с реализацией генетической задачи – с формированием человеческого интеллекта и социализацией, т.е. вхождением его в человеческое общество.

Сказанное выше позволяет заметить, что все основные движения детей (ходьба, бег, прыжки, бросание, метание и др.) носят социальный характер и приходят к нему в процессе воспитания на протяжении первых лет жизни в результате созревания двигательных центров и развития основных групп мышц. Это осуществляется в социальной практике – в процессе общения с взрослым. Иными словами, малыш овладевает основными движениями, «присваивая» (осваивая) опыт человечества (А.В. Леонтьев). Он приобщается к общественной культуре, овладевая движениями, принятыми в социальной (общественной) практике.

Задача взрослого – создать необходимые условия для сенсомоторного развития малыша с первых месяцев жизни.

Сказанное позволяет заметить, что организация целенаправленной двигательной активности ребёнка в семье, так и в детском учреждении играет важную роль в педагогике раннего детства. Действительно, именно на втором – третьем годах жизни дети в достаточной степени овладевают основными движениями, сохраняющими свою значимость на протяжении всей последующей жизни.

Неслучайно физической культуре в детских садах уделяется огромное внимание: действует специальная система педагогических мероприятий, направленных на развитие движений и общее оздоровление детства.

Из всех физкультурных мероприятий необходимо особо выделить подвижные игры и игры-упражнения с мячом. Мяч проходит через все периоды детства: раннее, дошкольное, школьное.

В первые годы жизни ребёнка мячи (шары) в показах взрослого используются как развлечение, забава. Малыш настолько мал, что не может удерживать их в руках и только с интересом наблюдает за действиями мамы.

По достижении возраста 6 месяцев он уже берёт погремушки, шарики и другие предметы из всех положений и удерживает их в руке. Теперь мяч выступает как средство игры – удобная и динамичная игрушка, занимающая особое место в развитии действий руки. Это важно: предметная деятельность является одной из ведущих в ранний период жизни.

На протяжении всего дошкольного детства игры с мячом усложняются и «растут» вместе с ребёнком.

Педагогическая ценность игр с мячом.

Малыши, знакомясь со свойствами мяча, выполняя разнообразные действия с ним ( бросание, катание и др.), получают нагрузку на все группы мышц (спина, брюшной пресс, ноги, руки, кисти) -активизируется весь организм. Даже простое подбрасывание мяча вверх заставляет ребёнка выпрямляться, что благотворно влияет на осанку.

Можно сказать, что игры с мячом – специальная комплексная гимнастика: развивается умение схватывать, удерживать и перемещать мяч в процессе ходьбы, бега или в прыжке.

Такие игры и упражнения развивают ориентировку в пространстве, глазомер, ловкость, быстроту реакции, регулируют силу и точность броска; нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гипервозбудимых детей. Кроме того, они развивают мышечную силу, улучшают обмен веществ, усиливают работу важнейших органов – лёгких, сердца.

Мяч – первый предмет в жизни ребёнка, форма которого наиболее благоприятна для игр детей раннего возраста.

Учимся играть вместе.

Как же научить малыша ловкости и умелости в играх с мячом? Методика обучения детей раннего возраста упражнениям и играм с мячом имеет свои особенности, которые заключаются в том, что в обучении преимущественно используются игровые приёмы. Показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей – ведущий приём в обучении малышей. Это связано с особенностями детей 2-3 лет и объясняется недостаточной сосредоточенностью, отсутствием необходимой самоорганизации, произвольного внимания, возможности подражать по слову взрослого.

Но пояснение и показ упражнений требуют подготовленности детей. Зрительные впечатления преобладают над их словесным выражением. Ребёнок не владеет обобщенными способами действий в словесном выражении и поэтому не всегда может понять, что означает «прокати мяч», «подбрось мяч вверх» и т.п. Например, показывая, как надо бросать мяч руками из-за головы, взрослый сопровождает показ простым, доступным для понимания пояснением: «Я сейчас брошу мяч далеко-далеко. Смотри, как я это делаю. Я беру его двумя руками и поднимаю вверх. Какой красивый у меня мяч! А теперь я спрячу его за голову. И… брошу. Брошу сильно вперёд! Далеко-далеко!».

Дети этого возраста лучше воспринимают показ движения, чем его словесное описание, поэтому взрослый должен показывать упражнения, сопровождая их простым и доступным пояснением.

Пояснение нужно сопровождать показом даже при выполнении знакомого упражнения. Ребёнок способен отобразить движение, поэтому одно и то же упражнение следует показывать и пояснять не один раз, а многократно, чтобы создать у него правильный образ движения. Такие способы выполнения движений в силу своей конкретности помогают детям лучше осознать поставленную перед ними задачу и выполнить её более целенаправленно. Задания должны быть простыми, понятными и доступными для них.

Повторение упражнений с мячом имеет большое значение для детей. Благодаря многократным повторениям образуются более прочные двигательные навыки: малыш начинает выполнять движения свободнее, без лишнего напряжения, у него появляется своеобразное чувство мяча. Большое разнообразие движений и их вариантов в действии с мячом вызывает у детей интерес к мячу как к предмету спорта, что особенно важно для формирования в будущем положительных наклонностей к физической культуре.

Какие же конкретные рекомендации можно дать родителям?

В современных квартирах возможности для игры в мяч очень ограничены, но всё же родителям можно предложить несколько забавных игровых упражнений с мячом. Эти игры можно проводить в условиях помещения, используя всё, что есть под рукой: игрушки, бумажные шары, кегли, пустые пластиковые бутылочки, верёвки, мячи разной величины и т.п.

Упражнения с использованием этих предметов конкретизируют движение, развивают ловкость, сноровку, сосредоточенность.

Сопровождение движений с мячом стихотворным текстом помогает сделать занятие более понятным, а главное, задаёт ритм выполнения упражнения.

Игры с мячом.

Поиграем с солнышком

Цель. Научить прокатывать мяч в заданном направлении.

Ребёнок сидит на полу, ноги врозь. Взрослый с мячом (в этой игре желательно использовать мяч жёлтого цвета) располагается напротив на расстоянии 0,6-1,0 м. Читает стихотворение и выполняет соответствующие действия.

Солнышко жёлтое (медленно прокатывает мяч от руки к руке),

Солнышко тёплое (вокруг себя по полу)

По небу катилось, катилось (прокатывает мяч двумя руками ребёнку),

К Мише (имя ребёнка) в гости прикатилось.(Ребёнок ловит мяч и затем прокатывает его двумя руками к взрослому). Исходное положение ребёнка может меняться: сидя на полу ноги врозь, скрестив ноги перед собой, сидя на корточках.

Мяч в кругу

Цель. Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве.

В этой игре можно объединить нескольких детей или попросить других членов семьи поиграть с вами.

Дети сидят на корточках на полу, образуя круг. Взрослый даёт одному из участников игры мяч-Колобок и читает стихотворение.

Колобок, Колобок,

У тебя румяный бок.

Ты по полу покатись

И Катюше (ребятам) улыбнись! По просьбе взрослого («Катенька, покати мячик Диме») девочка прокатывает мяч двумя руками названному участнику. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ребёнку, которого назвали по имени, и т.д.

Прокати и догони

Цель. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, с усилием, развивать умение ориентироваться в пространстве.

Ребёнок с мячом в руках подходит к обозначенному месту (шнур, полоска пластыря, цветной кружочек) и выполняет действия в соответствии со стихотворным текстом.

Наш весёлый, звонкий мячик (толкает мяч двумя руками)

Мы покатим далеко (смотрит, куда он покатился),

А теперь его догоним. (Бежит за мячом, догоняет его.)

Это сделать нам легко! ( Поднимает мяч над головой: «Поймал!»)

Уважаемые родители!

Не забывайте о возрасте ребёнка, его физических возможностях! Обращайте внимание на упражнения, которые он выполняет без нажима с вашей стороны. Будьте мягкими, добрыми, ласковыми. Пусть ребёнок демонстрирует свои умения перед членами семьи или сверстниками: это постепенно развивает уверенность в своих силах, стремление учиться дальше, осваивая новые, более сложные движения и игры.