

"МЯЧ В СЕМЬЕ."

Возраст 2-3 года.



Игры с мячом активизируют весь организм: развивают ориентировку в пространстве, глазомер, координацию, регулируют силу и точность броска, осанку, смекалку, способствуют общей двигательной активности, развивая ловкость, быстроту реакции, моторику рук, которая имеет особое значение для развития функции мозга ребенка, развития речи, развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма - легких, сердца, улучшают обмен веществ. Они вызывают положительные эмоции. Совместные действия в играх сближают детей и родителей, доставляют им радость от преодоления трудностей и достижения успеха.

Выбор мяча: мяч должен быть удобен и не вызывать у ребенка слез от ощущения собственной неловкости.

Малышам необходимы:

- 1 небольшой резиновый мяч (D-8-10 см.)
- 1-2 мягких мяча для игр дома (лучше использовать мягкие мячи: тряпичные, вязаные; большие гимнастические мячи) - безопасные для игр в помещении.
- 1 мяч для улицы (резиновые мячи разного размера: футбольный, баскетбольный и другие спортивные мячи) (D-20-25 см.)

Рекомендации для родителей для совместных игр с детьми с мячом:

1. Покажите ребенку, как Вы играете в мяч: катаете, бросаете... Попробуйте научить этому своего малыша;
2. Не принуждайте малыша к выполнению того или иного движения;
3. Не упрекайте его за рассеянность, невниманье, неумение;
4. Не превращайте обучение в скучную повинность. Играйте только в хорошем настроении;

5. Проявите фантазию, изобретательность в играх с мячом;
6. Постепенно вовлекайте его во все новые виды игр, систематически повторяя их;
7. Не забывайте о возрасте своего малыша и его физических возможностях;
8. Представьте себе, что Вы сами ребенок;
9. Хвалите и подбадривайте своего ребенка, ведь для Вас это маленький успех, а для него "Победа!"

Коротко об играх с мячом:



"Брось мяч": бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками;

"Прокати в воротики": прокатывание мяча через воротики, ноги родителей;

«Принеси мяч»: бег в определенном направлении.

"По кругу": передача мяча друг другу с боку;

"Попади в корзину": бросание мяча в

корзину (двумя руками снизу)

"Мой веселый звонкий мяч": игра с бегом, прыжками (вариант: с использованием большого гимнастического мяча)

"Школа мяча": различные упражнения с мячом (консультация с педагогом);

"Сбей кеглю": мячом сбиваем кегли («Боулинг»).

«Вертбол» или мяч на столбе.

Об играх можно узнать в дошкольном учреждении.