

Консультация для родителей
***«Значение игр с мячом для детей
дошкольного возраста»***

Подготовила воспитатель

Подготовительной гр. № 1

ГБОУ №1512

Павлухина Л. Н.

Москва 2016 г.

Кто изобрел мяч

История не знает ни года, ни места рождения игр в мяч, что говорит об их древности. Каждая цивилизация, от первобытных времён до наших дней, играла в игры, используя различные виды мяча.

Некоторые древние народы плели мяч из тростника, другие использовали для игры кожу, набитую пером птиц. Позднее грекам и римлянам пришла в голову прекрасная идея – использовать воздух. Надутый воздухом кожаный мяч, называемый «фоллис», использовали для метания и ловли. Они также надували мяч больших размеров, которым играли в разновидность футбола или другие игры, где мяч пинали ногами.

Мячи изготавливались из разнообразных материалов, имевшихся в большом количестве в данной стране. Североамериканские индейцы, например, были охотниками, поэтому они играли в мяч, сделанный из оленьих шкур. Японские дети играли мячами из плотной ткани, опутанной верёвкой.

Рассказывают, что Колумб встретил в Центральной Америке индейцев, игравших в твёрдые мячи, изготовленные из каучука. Он взял несколько таких мячей с собой в Европу и таким образом познакомил европейцев с отскакивающими резиновыми мячами.

Многие из современных игр с мячом возникли как религиозные или магические церемонии. Часто игры в мяч основывались на старых представлениях о войне, богах, дьяволах, жизни и смерти.

В нашей стране в простонародье чаще всего мячи делали из тряпок и тряпками их набивали. В северных губерниях мячи плели из лыка – ремешков, сделанных из коры липы, берёзы или ивы. Внутри такие мячи были пустые или набивались песком. В некоторых областях мячи делали из овечьей шерсти. Клок шерсти сначала скатывали, потом бросали его в кипяток и оставляли там на полчаса, затем вынимали, вновь катали и просушивали. Такой мяч был лёгким и мягким, а своей упругостью не уступал резиновому. Резиновыми мячами играли только дети из зажиточных семей.

Школа мяча

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами различного объёма развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Игры с мячом пользуются у детей наибольшей популярностью, и это неудивительно. Мяч – это снаряд, который требует проворных рук и повышенного внимания. Сюжеты упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, надо уметь его ловить, мячом можно пятнать, выбивать. Для детей мяч, этот круглый, лёгкий, упругий, привлекательный снаряд, нередко символизирует приобщение к спортивным играм: волейболу, баскетболу, футболу. В мяч играют в помещении и на улице. В игре принимает участие различное количество детей.

Действия с мячом занимают значительное место среди других средств физического воспитания, усложняясь от возраста к возрасту за счёт введения дополнительных заданий, а также новых способов их выполнения.



Упражнения с мячом для детей дошкольного возраста

1. Прокатывание мяча двумя руками от черты.
2. Скатывание мяча по наклонной доске.
3. Прокатывание мяча по скамейке, придерживая его двумя или одной рукой.
4. Перекатывание мяча друг другу в паре из положения сидя, ноги врозь.
5. Перекатывание мяча друг другу в паре, стоя на коленях.
6. Прокатывание мяча в ворота с расстояния 1,5 – 2 м.
7. Ловля мяча, брошенного взрослым (расстояние 70-100 см).
8. Подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля его.
9. Броски мяча двумя руками из-за головы.
10. Броски мяча двумя руками от груди.
11. Броски мяча через верёвочку.
12. Перебрасывание мяча друг другу (расстояние 1,5 – 2 м).
13. Броски мяча о землю и ловля его.
14. Отбивание мяча об пол 2 – 3 раза.

15. Прокатывание мяча между двумя линиями (15 – 20 см).
16. Катание мяча между предметами (40 – 50 см).
17. Катание мяча друг другу из разных положений.
18. Скатывание по наклонной доске с попаданием в предмет.
19. Броски мяча из-за головы из разных положений.
20. Броски из-за головы через сетку.
21. Броски от груди из разных положений.
22. Броски от груди через сетку.
23. Подбрасывание и ловля мяча, не роняя, 3 – 4 раза подряд.
24. Броски и ловля мяча в паре друг другу.
25. Броски мяча об пол и ловля его двумя руками.
26. Отбивание мяча правой и левой рукой об пол 4 -5 раз подряд.

Игры с мячом для детей дошкольного возраста

«Прокати мяч» Ребёнок садится на пол, взрослый стоит напротив с мячом в руках. Взрослый катит мяч ребёнку. Малыш ловит мяч и катит его взрослому.

«Попади в ворота» Ребёнок стоит, а на расстоянии 2 – 3 шагов от него находятся ворота (дуга), в которые он должен прокатить мяч.

«Целься вернее» Ребёнок держит в руке маленький мячик, который должен бросить в корзину, находящуюся от него на расстоянии 1,5 – 2 метров.

«Поймай мяч» Напротив ребёнка на расстоянии 1,5 – 2 метров от него становится взрослый. Он бросает мяч ребёнку, а тот возвращает его. В это время взрослый произносит слова: «Лови, бросай, упасть не давай!». Каждое слово сопровождается броском мяча. Слова нужно произносить медленно, чтобы малыш успел поймать мяч и бросить его не спеша.

«Сбей кеглю» На полу или на земле чертят линию или кладут верёвку. На расстоянии 1 – 1,5 м от неё ставят 2 – 3 большие кегли (расстояние между кеглями 15 – 20 см). Ребёнок подходит к обозначенному месту, берёт в руки лежащий рядом мяч и кати его, стараясь сбить кегли.

«Мяч через сетку» Ребёнок и взрослый стоят по обе стороны сетки, которая натянута на высоте поднятых вверх рук ребёнка, на расстоянии не менее 1 – 1,5 м. Затем они начинают перебрасывать мяч друг другу.



Прочитайте детям

Мой весёлый, звонкий мяч, ты куда помчался вскачь?

Жёлтый, красный, голубой, не угнаться за тобой!

Я тебя ладонью хлопал, ты скакал и громко топал.

Ты пятнадцать раз подряд прыгал в угол и назад.

А потом ты покатился и назад не воротился.

Покатился в огород, докатился до ворот,

Подкатился под ворота, добежал до поворота.

Там попал под колесо.

Лопнул, хлопнул – вот и всё.



С. Я. Маршак

Загадайте детям

«Резиновый арбузик скачет на пузе»

«Круглый я как Шар земной. Все гоняются за мной.

Лупят ногами, руками, а я убегаю прыжками»

«Звонкий, громкий и прыгучий улетает аж за тучи

И на радость детворе звонко скачет во дворе»

«Кто там скачет по дорожке прыг, скок, кувырок

И забился в уголок»

«Сделан из резины, купили в магазине,

Скачет звонко в руках у ребёнка»

