Консультация для родителей

**«Мяч в жизни ребенка»**

***Мяч-это рука ребенка, развитие ее напрямую***

***Связано с развитием интеллекта.***

*** Мяч-круглый, как Земля, и в этом его сила!***

***С. А. Шмаков***

Каждый ребенок с раннего детства знаком с мячом. Дети очень любят игры с мячами, особенно с яркими, прыгучими.

Однако, многие родители уделяют мало времени играм с мячами, и даже летом на отдыхе мяч остается забытым.

*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.

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.*

Систематические игры с мячом активно влияют на совершенствование основных свойств нервной системы: силы, подвижности, уравновешенности. Особенно важное значение придается возникновению радостных эмоций.

Совместное выполнение движений – прекрасный способ приобщения ребенка к коллективу. Если ваш ребенок замкнут, плохо вступает в контакт, не умеет дружить с другими детьми – ему очень полезно играть с мячом.

Особое место занимают игры – соревнования, эстафеты с мячом, которые развивают чувство ответственности, умение достойно проигрывать. Ведь не только положительные эмоции, но и отрицательные побуждают к выполнению точных, слаженных действий.

Игры с мячом активизируют не только двигательную, психическую деятельность детей, но и умственную.

Упражнения с мячом способствуют:

* развитию движений кистей и пальцев рук;
* быстрому восстановлению умственной работоспособности.

Если ваш ребенок совсем не владеет мячом, сделайте с ребенком несколько начальных упражнений:

*1. Покатать мяч по полу ладонью вправо – влево. Перекаты мяча по полу из одной руки в другую.*

*«Мяч обычный дали нам, нам он очень нравится. Посмотрите, как легко мячик наш катается.»*

*2. 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.»*

*3. Толкнуть мяч по полу к стене и посмотреть, какова будет отдача от нее.*

*«Мяч покатим мы к стене – посмотри-ка сам! Оттолкнувшись, мяч спешит возвратиться к вам.»*

**Игры с мячом**

**«Мяч в стену».** Команды строятся в три-четыре колонны на расстоянии 3 м от стены лицом к ней. По сигналу первые игроки бросают мяч о стену, ловят его после отскока от земли и передают следующим, а сами бегут каждый в конец своей колонны и т.д.

**«Охотники и утки».** Играющие делятся на две равные команды охотников и уток.

 Утки становятся в середину круга, а охотники располагаются снаружи круга. Охотники перебрасывают мяч и стараются осалить им уток. Когда треть уток поймана, игра останавливается и дети меняются ролями.

**«Не давай мяч водящему».** В центре круга находятся 2-3 водящих. Стоящие вне круга перебрасывают мяч друг другу во всех направлениях, а водящие стараются до него дотронуться. Если кому – либо это удается, то он выходит из круга, а водящим становится тот, при броске которого был осален мяч.

