**Консультация для родителей**

**«Подвижная игра с мячом как средство развития ловкости у детей»**

**Подготовила: Шаяхметова Н.С.**

**Какой предмет может повысить двигательную активность Вашего ребёнка дома, на прогулке, на занятии, в самостоятельной деятельности….? Ну, конечно же, мяч! Мяч – самая универсальная и многогранная, удобная и динамичная игрушка, занимающая особое место в развитии детей.**

**Какое же значение оказывают игры и игровые упражнения с мячом на развитие дошкольников?**

**Они развивают глазомер, координацию, ловкость, согласованность движений, развивают быстроту реакции, прыгучесть, силу, ведь ребенку часто приходится в игровой ситуации передавать мяч своему партнеру или бросать его в цель, находящуюся на значительном расстоянии. Упражнения с мячом вырабатывают умение поймать брошенный предмет, удержать его, а так же рассчитать направление, силу броска, формируют соразмерность движений, хорошую пространственную ориентировку.**

**Игры и действия с мячами различного веса и объема (малыми, большими, набивными и другими) развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев кисти, что способствуют развитию моторики рук, которая имеет особое значение для развитий функций мозга ребенка, развитие речи и интеллекта.**

**В играх коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых качеств (выдержка, коллективизм, честность, справедливость, взаимопонимание, дисциплина, умение считаться с другими), и конечно же коммуникативный навык (в процессе игры дети общаются, сближаются)**

**Например, ради интересов команды ребенку приходится, скажем, отказываться от мяча, передавать его партнёру, который имеет более выгодные условия для ведения успешной игры. Общая цель, стремление всех игроков команды достичь результата способствует развитию взаимопонимания, взаимопомощи, умения считаться с другими членами команды. В игре ребенок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действия.**

**Развивая мышечную силу в процессе игр с мячом у детей, усиливается кровообращение, улучшается работа важнейших органов растущего детского организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ. Так же игры и упражнения с мячом, являются средством коррекции различных нарушений осанки и плоскостопия. Например, подбрасывая мяч, вызывается необходимость выпрямления, что благоприятно сказывается на осанке.**

**Игры и упражнения с мячом являются эффективным средством развития ловкости у детей.**

**Ловкость – это сложно координированное качество, оно необходимо ребенку для успешного использования двигательного опыта. К показателям ловкости относят следующие факторы: способность быстро овладевать новыми движениями (быстро обучаться), быстро перестраивать деятельность в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.**

**Н начальном этапе очень важно научить детей правильно держать мяч. Исходное положение — держать мяч на уровне груди двумя руками. При этом руки должны быть согнуты, локти опущены вниз, пальцы широко расставлены.**

**При обучении детей упражнениям с мячом особое внимание уделяется главным элементам двигательных действий: ловля, передача, ведение, бросок. Иначе действия передачи, ловли и ведения мяча не могут быть выполнены или будут выполняться неверно.**

**1. Ловля мяча. Необходимо учить детей встречать мяч руками как можно раньше, образовывая из пальцев как бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Ребенок следит за полетом мяча и, как только мяч прикоснется к кончикам пальцев, должен захватить его и подтянуть к себе амортизирующим движением. При этом одновременно надо сгибать ноги так, чтобы принять положение исходной стойки.**

**2. Передача мяча. Одновременно с ловлей мяча необходимо обучать детей передаче его двумя руками с места, а в дальнейшем в движении. При передаче ребенок должен описать мячом небольшую дугу к туловищу — вниз — на грудь и, разгибая руки вперед, от себя послать мяч активным движением кисти, одновременно разгибая ноги. Такая техника передачи мяча осваивается детьми постепенно.**

**3. Ведение мяча. На начальном этапе обучения детям более доступно ведение мяча с высоким отскоком, потому что оно не требует низкой стойки. Затем появляется возможность научить ребенка передвигаться на полусогнутых ногах. И, наконец, он легко осваивает ведение мяча с обычным отскоком по прямой, с изменением направлений, а также при противодействии другого игрока.**

**При ведении мяча дети приучаются передвигаться на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько вперед. Рука, ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя. Толчки мяча игрок выполняет несколько сбоку от себя, равномерно, согласованно, с передвижением.**

**4. Броски мяча в корзину. При обучении дошкольников броскам мяча в корзину, можно ограничиться привитием ребёнку навыков броска двумя руками от груди и одной рукой от плеча.**

**Бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места следует из такого же исходного положения, как и при передаче мяча. Удерживая мяч на уровне груди, ребенок должен описать им небольшую дугу вниз на себя и, выпрямляя руки вверх, бросить его с одновременным разгибанием ног. Кисти и пальцы при этом Детей 6-7летнего возраста целесообразно учить бросать мяч одной рукой от плеча с фиксацией остановки. При броске одной рукой от плеча с места одна нога выставляется на полшага вперед. Мяч находится на ладони согнутой в локтевом суставе бросающей руки и придерживается другой рукой. Разгибая ноги с одновременным выпрямлением руки с мячом вверх-вперед, ребенок мягким толчком кисти направляет мяч в корзину.**