**[Консультация для родителей](https://www.maam.ru/obrazovanie/konsultacii-dlya-roditelej" \o "Консультации для родителей) «Зачем играть детям в мяч?»**

[Игры с мячом активируют весь организм](https://www.maam.ru/obrazovanie/detskie-igry): 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 функций мозга ребенка, развития речи. [Игры с мячом развивают мышечную силу](https://www.maam.ru/obrazovanie/igry-s-myachom), усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Большое влияние игры с мячом оказывают и на нервно-психическое развитие ребёнка, формирование важных качеств личности. Они вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы: в ходе игры детям приходится реагировать движением на одни сигналы и удерживаться от движения при других. В этих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакций и др. Совместные действия в играх сближают детей и взрослых, доставляют им радость от преодоления трудностей и достижения успеха.

Прежде всего, это общение и мяч является средством общения между людьми – детьми и взрослыми.

**Несколько советов "Как выбирать мяч?"**

Мяч должен быть удобен и не вызывать у малыша слез от ощущения собственной неловкости! Нужен мяч такого размера, который ребенку удобно ловить и катить двумя руками (диаметр мяча от 15–18 см для 2-летних малышей и до 12 см для дошкольников).

*Минимальный набор мячей:*

1 - небольшой резиновый мяч;

1-2 - мягких мяча для игры дома;

1 - прыгучий мяч для улицы.

**Для дома** - лучше использовать для игры мягкие мячи – тряпичные, вязаные, валяные, клубки ниток с закрепленным кончиком, воздушные шары, шарики для настольного тенниса и пр. и большие гимнастические мячи. Бесспорным достоинством «мягких» мячей является их безопасность при игре в помещении.

**Для улицы** - резиновые мячи разного размера, футбольные, баскетбольные и др. спортивные мячи.

**Цель игры с мячом** Основной целью игры является ударить, кинуть, отбить мяч определенным образом, например, забить его в ворота, или отбить так, чтобы противник не смог его поймать.

Ребенок не просто играет в мяч, а варьирует им: берет, переносит, кладет, бросает, катает и т. п., знакомясь со свойствами мяча, выполняет разнообразные действия (бросание, катание, бег за мячом и др.). По этому можно сказать, что игры с мячом – специальная комплексная гимнастика: развивается умение схватывать, удерживать, перемещать мяч в процессе ходьбы, бега или в прыжке.

**Критерии выбора игр**

Содержание игры с мячом определяется движениями, которые входят в её состав. Сюжеты упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, надо уметь его ловить, мячом можно пятнать, выбивать.

Игры подбираются с учётом возрастных особенностей детей, их возможностей выполнять те или иные движения, соблюдать игровые правила. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников.

Подвижные игры в мяч проводят в различное время дня в соответствии с режимом дня ребенка: утром, в середине дня и на вечерней прогулке.

С 3-4 лет начинают знакомить детей с формой, объемом, свойствами резинового мяча, учат играть с мячом. Малыш должен научиться брать, держать и переносить мяч двумя руками и одной рукой. Главное в работе с мячом для малышей – обеспечить возможность произвольно упражняться в действиях с мячами, чтобы у них появилась непринужденность в движениях (держать мяч, брать, класть, переносить).

Совместные игры родителей с детьми духовно и эмоционально обогащают детей, удовлетворяют потребность в общении с близкими людьми, укрепляют веру в свои силы. Ребёнок очень рад минутам, подаренным ему родителями в игре.

**Рекомендации родителям**

- Покажите ребенку, как вы играете в мяч: катаете, бросаете, ловите, отбиваете от пола и т. п. Попробуйте научить этому и вашего малыша.

- Не принуждайте ребенка к выполнению того или иного движения. Не требуйте от него повторять упражнение до тех пор, пока ему не удастся выполнить его правильно.

- Не упрекайте ребенка за рассеянность, невнимание, неумение и т. п.

- Не превращайте обучение в скучную повинность. Играйте с малышом, когда он будет находиться в хорошем настроении.

- Проявите фантазию, изобретательность, используйте для игр все, что найдете под рукой: гладильную доску, стулья, пустые пластиковые бутылки, длинные шнурки и т. п.

Постепенно вовлекайте его во все новые виды игры, систематически повторяя их. Для этого возраста достаточно, чтобы ребенок научился прокатывать мяч вдаль в заданном направлении, бросать мяч об пол и вверх, правильному замаху при метании малого мяча вдаль.

Не забывайте о возрасте вашего ребенка, его физических возможностях!

Обращайте внимание на упражнения, которые ребенок выполняет с радостью, без нажима с вашей стороны. Представьте себе, что вы сами – ребенок.

Прекрасно, если вы ободрите своего ребенка похвалой; удивитесь тому, какой он ловкий, смелый, быстрый; что он уже сам может показать другим.

Пусть ребенок демонстрирует свои умения перед всеми членами семьи или его же сверстниками: это постепенно развивает у ребенка уверенность в своих силах, стремление учиться дальше, осваивая новые, более сложные движения и игры.