**Консультация для родителей**

**«Мой весёлый, звонкий мяч»**

*(Игры с мячом – лучший способ подарить радость ребенку и развивать его мозг)*

К сожалению, современные дети ведут малоподвижный образ жизни и все реже играют с мячом. Мяч знаком всем с раннего детства. Одними из первых основных движений у ребенка - это бросание, катание, позднее - метание и ловля. Мяч является первым средством, связывающим, по мнению Ф. Фребеля, внутренний и внешний мир ребёнка. Дети очень любят играть с мячами, яркими, прыгучими и ловкими. Однако многие родители уделяют мало времени играм с мячами, и даже летом, на отдыхе, мяч остается незаслуженно забытым.

А ведь бросание и ловля, метание укрепляют мышцы плечевого пояса, туловища, мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера, меткости. Они требуют также хорошей координации движений. Игры с мячом развивают ловкость, ритмичность и точность движений. Особенно большое значение придается возникновению радостных эмоций. Положительные эмоции самые действенные! Многие родители не дают детям мяч в домашних условиях, считая его опасной игрушкой: можно разбить окно, зеркало, люстру. И это понятно, мяч побуждает к высокой подвижности, поэтому, как считают многие взрослые, в руках малыша он становиться «непредсказуемым» предметом. И в то же время все согласятся, что игры с мячом являются любимыми играми с раннего детства.

**МЯЧ** - это рука ребенка, развитие ее напрямую связано с развитием интеллекта.

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.

Игры с мячом 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 мячи:

* 1 небольшой резиновый мяч
* 1-2 мягких мяча для игр дома (лучше использовать мягкие мячи: тряпичные, большие гимнастические, безопасные для игр в помещении.
* 1 мяч для улицы (футбольный, баскетбольный или обычный резиновый мяч)

Давайте рассмотрим некоторые из них.

**«Солнышко»**

Сядьте на полу напротив ребёнка. Разведите ноги в стороны и согните в коленях, изобразив «домик». Катайте мяч друг другу со словами:

По небу солнце ходит

И в домики заходит.

И к Маше заходит (мячик катится к Маше),

И к маме заходит (мячик от Маши катится к маме).

Когда ребёнок поймёт в чём суть этой игры, можно подключить других участников – ещё детей или взрослых.

Возьмите коробку или тазик, или ведро, куда легко помещается мяч.

Задача малыша – закинуть мяч в ёмкость. Показать ребёнку порядок действий можно с таким стишком:

Мяч одной рукой возьмём

И к плечу поднимем.

На корзину поглядим

И в корзину кинем.

**«Яблочко»**

Играющие садятся в круг, выбирается водящий, который сидит в центре круга с закрытыми глазами. Мяч передаётся по кругу со словами:

Яблочко, катись, катись.

Ты, румяное, катись.

Мне в ладошки прикатись.

А теперь остановись!

В этот момент все участники быстро прячут руки за спину, в том числе и тот, у кого оказался мячик. Ведущий старается угадать, и просит того или иного участника показать руки.

**«Боулинг»**

Поставьте на пол кегли, кубики, любые маленькие предметы. Задача ребёнка – сбить предметы мячом.

**«Съедобное — несъедобное»**

Ведущий кидает мяч другим игрокам, называя при броске какую-нибудь еду или предмет. Игрок, которому ведущий бросает мяч, должен его поймать, если названо что-то съедобное и отбросить, если назван несъедобный предмет. По этому же типу игра «Летает – не летает».

**«Я знаю пять имён...»**

Надо отбивать мяч, стоя на месте, со словами: «Я знаю пять имён: Маша, Саша, Коля, Петя, Ира!». Также можно называть животных, города, растения, дни недели, месяцы, фрукты, овощи, в общем всё, что позволит Вам ваша фантазия. Игра позволяет детям расширить свой словарный запас.

**«Мяч о стенку»**

Бросать и ловить мяч, выполняя задания: ловить с хлопком в ладоши; с поворотом вокруг себя; перепрыгнуть через мяч.

**«Горячий мяч»**

Играющие стоят в кругу и передают друг другу мяч, пока играет музыка. Кто остался с мячом по окончании музыки, тот выбывает из игры.

**Как видите, игр с мячом достаточно много. Что-то Вы можете**

**придумать сами. Главное – не бойтесь покупать ребёнку мяч!**

Информацию подготовила: Койносова Ольга Владимировна, инструктор по физической культуре