**«Мяч – это рука ребёнка, развитие ее напрямую, связано с развитием интеллекта. Игры с мячом, как средство развития двигательной деятельности у детей дошкольного возраста»**

Мяч – это рука ребёнка, развитие ее напрямую

Связано с развитием интеллекта.

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

С.А.Шмаков

 Главная цель физического воспитания в детском саду состоит в том, чтобы добиться хорошего уровня здоровья и всестороннего физического развития детей. Сегодня на смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становиться интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка и отсутствие свободного времени у родителей. Таким образом у ребенка остается все меньше времени для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Малоподвижные дети, как правило, часто болеют и имеют отклонения в состоянии здоровья. А двигательная активность является мощным биологическим стимулятором жизненных функций растущего организма, и выступают как оздоровительный фактор.

 Какой предмет может повысить двигательную активность 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 развитие детей. Игры с мячом весьма популярны, они встречаются у всех народов мира.

 Мяч воспринимается ребенком как нечто живое, он чутко реагирует и отзывается на движение, может быть послушным и озорным, он – яркий, круглый и очень милый. В игре ребенок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действия [3].

 Игры с мячом универсальны, они подходят для разного количества участников, их можно использовать как на природе в компании детей своих друзей, так и в обычном детском саду. Совместные действия в играх сближают детей и родителей, доставляют им радость от преодоления трудностей и достижения успеха. Таким образом, спецификой подвижных игр, является то, что они создают большие возможности для проявления инициативы и творчества детей, поскольку кроме богатства и разнообразия движений, предусмотренных правилами, дети обладают свободой их применения в различных игровых ситуациях. Играть можно и с одним ребенком или двумя, но игры с группой детей более конструктивны и результативны. Примерный перечень игр с мячом, которые можно использовать на прогулке с детьми: «Брось мяч», «Прокати в воротики», «Сбей кеглю», «Съедобное - несъедобное», «Ловишка с мячом», «Воевода» и другие [2].

 Но не будем забывать и о том, что и**гры с мячом являются не только средством физического развития,** но и**оздоровления детей дошкольного возраста!**

В движении, ребёнок, как правило, «сбрасывает» все негативное, накопленное им за определенный период времени. Он укрепляет разные группы мышц, тренирует вестибулярный аппарат, снимает утомление и повышает работоспособность. Таким образом, 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. Упражнение на фитболах оказывают профилактическое действие по нарушению правильной осанки. Упражнения с мячами различного веса и объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для детей, так как развитие интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев рук. Развитие кисти рук принадлежит важная роль в формировании головного мозга и становлении речи. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками, что способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма. Даже в древние времена римский врач Клавдий Гален прописывал игры с мячом своим больным в качестве лекарства. По данным А. Лоуэна (психотерапевт), отбивание мяча повышает настроение, снимает усталость, снимает агрессию, помогает избавиться от мышечных напряжений, вызывает удовольствие. Удовольствие, по его мнению, – это свобода телодвижения от мышечного напряжения [1].

 Игры активизируют весь организм: развивают ориентировку в пространстве, глазомер, координацию, регулируют силу и точность броска, смекалку, способствуют общей двигательной активности, развивая ловкость, быстроту реакции. Кроме того, подвижные игры учат детей инициативе и самостоятельности, преодолению трудностей, развивая в них рефлексию и силу воли.

 Что же необходимо соблюдать и учитывать при выборе и проведении игр и игровых упражнений с мячом?

Возрастные особенности детей. Например, с детьми младшего дошкольного возраста проводятся игры с переносом, с прокатыванием, удержанием мяча, а с детьми старшего дошкольного возраста с отбиванием, забрасыванием метанием и т.д. В зависимости от их двигательных умений и навыков владением мячом игры можно усложнять или упрощать. На протяжении всего **дошкольного детства игры с мячом** усложняются и как бы «растут» вместе с ребенком, составляя огромную радость детства.

Место и время проведения. Большое внимание уделяется выбору и подготовке места, где будет проходить игра. Необходимо убедиться в безопасности игровой площадки, определить ее размеры, установить ограничительные размеры (ориентировочные линии можно обозначить цветными мелками, полосками яркой ткани, яркими стойками и т. д.). Поверхность площадки должна быть ровной, однородной. Перед дневным и ночным сном игры большой интенсивности не проводятся.

Выбор мяча для конкретной игры, или упражнения (он должен быть удобен и не вызывать неловкости у ребенка).

Методику проведения подвижных игр (сбор детей на игру, создание интереса, объяснение правил игры, распределение ролей, руководство ходом игры, **подведение итога).**

 Таким образом игры с мячом - это незаменимое средство пополнения ребенком знаний об окружающем мире, развитие смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых и других качеств, способствующих гармоничному развитию ребенка.

Список литературы:

1. Кожухова Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях. – М.: Академия, 2002.
2. **Черная О.В., Баряева Л.Б., Овчинникова Т.С. Занятия, упражнения и игры с мячами, на мячах, в мячах. Обучение, коррекция, профилактика:**

**Учебно-методическое пособие к Программе воспитания и обучения дошкольников. – Санкт-Петербург: КАРО, 2014. – 178с.**

1. **Шмаков С.А. Игры шутки – игры минутки. – М.: Новая школа, 2004. – 112с.**