

Консультация для родителей воспитанников 4-5 лет на тему:

«Мой веселый звонкий мяч!»

Подготовила: инструктор по физической культуре Кремлевская Ю.А

Игры и упражнения с мячом развивают ориентировку в пространстве, регулируют силу и точность броска, развивают глазомер, ловкость, быстроту реакции; нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно, как для малоподвижных, так и для гиперактивных детей. Игры с мячом развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Коротко об играх с мячом:

- ✓ "Брось мяч": бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками;
- ✓ "Прокати в воротики": прокатывание мяча через воротики, ноги родителей;
- ✓ "Быстро по кругу": передача мяча друг другу с боку, над головой, снизу;
- ✓ "Попади в корзину": бросание мяча в корзину (двумя руками из-за головы, от себя).

Подвижные игры с мячом:

- ✓ "Съедобное-несъедобное": съедобное - ловим мяч, несъедобное - не ловим;
- ✓ "Школа мяча": различные упражнения с мячом (броски мяча вверх и ловля его двумя руками, бросание мяча о пол и ловля его после отскока).
- ✓ "Сбей кеглю": мячом сбиваем кегли (по горизонтали, в шахматном порядке *Боулинг*).

Среди множества игрушек мяч - излюбленная забава детворы. Его наличие может быстро организовать детскую компанию и превратить бесцельное времяпрепровождение в занимательную игру.