

« Мяч в жизни дошкольника»

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в этом возрастном периоде закладываются основы здоровья, правильного физического развития, происходит становление двигательных способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту, воспитываются личностные, морально-волевые и поведенческие качества. В настоящее время забота о физическом развитии и здоровье. Какой предмет может повысить двигательную активность дома, на занятии, в самостоятельной деятельности....?

Ну, конечно же - **мяч!**

Мяч – удивительно интересная игрушка. Пожалуй, ничего аналогичного – настолько простого и в то же время интересного – пока еще люди не придумали. 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 современных квартирах возможности для игры в мяч очень ограничены, но всё же родителям можно предложить несколько забавных игровых упражнений с мячом. Эти игры можно проводить в условиях помещения, используя всё, что есть под рукой: игрушки, бумажные шары, кегли, пустые пластиковые бутылочки, верёвки, мячи разной величины и т.п. Упражнения с использованием этих предметов конкретизируют движение, развивают ловкость, сноровку, ориентировку в пространстве, сосредоточенность, глазомер. Сопровождение движений с мячом стихотворным текстом помогает сделать занятие более понятным, а главное, задаёт ритм выполнения упражнения.