

КОНСУЛЬТАЦИЯ

«Развитие **ЛОВКОСТИ** у детей старшего дошкольного возраста в процессе подвижных игр и игровых упражнений с **МЯЧОМ**»

Дети дошкольного возраста приобретают двигательный опыт, связанный с выполнением игровых заданий с **МЯЧОМ**, направленных на развитие таких физических качеств, как **КООРДИНАЦИЯ И ЛОВКОСТЬ**, способствующих правильному формированию опорно-двигательного аппарата.



В системе физического воспитания дошкольников действия и игры с мячом занимают важное место. **МЯЧ** - это снаряд, который требует повышенного внимания и **ЛОВКОСТИ**. Упражнения и подвижные игры в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, ритмичности, быстроты реакции и согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Мяч – удобная, динамичная игрушка, занимающая особое место в развитии ребёнка, по популярности мяч на первом месте в царстве детской игры. Можно только удивляться, замечая какое разнообразие впечатлений и действий может давать малышу обычный мяч! Он, как магнит, притягивает к себе детвору, стимулируя их неумемную фантазию и двигательное творчество. Игры с **МЯЧОМ** играют особую роль в формировании **КООРДИНАЦИОННЫХ КАЧЕСТВ**, они бесценны по своей значимости для развития **ЛОВКОСТИ**, для здоровья, эмоциональной достаточности дошкольника; нормализуют эмоционально-волевою сферу детей.

ИГРЫ С МЯЧАМИ различного объема развивают не только крупную, но и мелкую моторику рук, увеличивают подвижность в суставах кисти пальцев, усиливают кровообращение. Такие игры также

способствуют выработке хорошей осанки, укрепляют разные мышцы, удерживают позвоночник. В действиях и играх с **МЯЧОМ** совершенствуются навыки большинства основных движений. При передвижении по площадке дети упражняются в беге с ускорением, с изменением направления, в беге в сочетании с ходьбой, с прыжками, в беге с остановкой, в беге с приставными шагами. Включается в работу левая рука, что важно для полноценного физического развития малышей. Поэтому игры с **МЯЧОМ** занимают одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с воспитанниками. Мяч - это рука ребенка, развитие ее ещё и напрямую связано с развитием интеллекта. Можно одну и ту же подвижную игру предлагать с мячами разных размеров. Такой подход к игровой деятельности направляет внимание ребят на поиск нового, интересного, формирует умение видеть в каждом из предметов полезные функции. На протяжении всего детства игры с **МЯЧОМ** усложняются и как бы "растут" вместе с ребенком, составляя огромную радость детства.

Игры с мячом являются, в том числе, эффективным средством развития ручной ловкости детей старшего дошкольного возраста, развивают связки обеих рук, что особенно важно для детей 6-7 лет, готовящихся к обучению в школе.



Важно отметить, что полноценное физическое развитие детей служит основой здорового образа жизни, который характеризуется крепким здоровьем, закаленностью детского организма, развитием двигательных способностей, одним из которых является **ЛОВКОСТЬ**.

Любченко Наталья Ивановна,
инструктор по физической культуре высшей категории,
МБДОУ детский сад комбинированного вида №1 «Родничок»
г. Карасук Новосибирской области