**Игры и упражнения с мячом как средство развития мелкой моторики**

|  |
| --- |
| Мелкая моторика – это двигательная деятельность, которая обуславливается скоординированной работой мелких мышц руки и глаза. При формировании мелкой моторики развивается пространственное восприятие, произвольное внимание, память, мышление, речь, т.е. активизируется вся психическая деятельность ребенка. Особое внимание ученые, педагоги уделяют средствам развития мелкой моторики рук. Примером, который может послужить развитию мелкой моторики является – мяч. Упражнения с мячом развивают не только крупные мышцы, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов, пальцев, кистей.  На физкультурных занятиях и утренней гимнастике даются детям общеразвивающие  упражнения с мячом, где от ребенка требуется умение держать мяч в различных положениях; обвести мяч вокруг себя, перебирая руками; наклоняться с мячом; приседать; стучать ими об пол и т.д. Проявление ловкости, а также работы кисти рук, пальцев. Например, вариант утренней гимнастики, проводимый в форме хороводной игры. Игра малой подвижности «Кружок». В групповом помещении из веревки на полу выкладывают круг или обруч, в который положены массажные мячики, колечки. Дети ходят по кругу, взявшись за руки со словами.  *«Ой, кружок, кружок, кружок,*  *Покатился наш кружок,*  *Он катился, он катился,*  *Вдруг кружок остановился».*              Затем дети подходят за предметами, выполняют с ними движения: сжимают, подбрасывают, пытаются поймать, катают, не отрывая руки от мяча, перекладывают из руки в руку, «откручивают», «закручивают», выполняют круговые движения мячом ладонями.              Наряду с этим должны использоваться подвижные игры с мячом такие как:  **«Собери мячи».**  *«Мишка мячиком играл,*  *Мячик где-то потерял,*  *Мишке помогите,*  *Мячик вы найдите».*  **«Проказники мячи».**  *«Ой, проказники мячи*  *Побежали, поскакали,*  *Раскатились и пропали.*  *Ну-ка, дети, их найдите,*  *И в корзину соберите».*              Дети ищут мяч, а когда находят, то кладут в корзину. В этой игре сложностей ни у кого не возникает. Проводятся и другие игры: «Покажи мяч», «Мячик танцует», «Береги свой мячик», «Попади в воротики», «Разноцветные мячи».              Родители дома или на прогулке могут выполнять с ребенком элементарные упражнения – катание и прокатывание мяча, шарика в прямом направлении друг другу, в ворота, в предметы (кегли) на расстоянии 1-1,5 м. Эти упражнения приучают детей к умению обращаться с мячом, подготавливают руки к правильному энергичному отталкиванию мяча. Эти упражнения даются для того, чтобы дети почувствовали результат – это служит стимулом для дальнейшей работы.Метание мячей в вертикальную цель, находящуюся на уровне глаз ребенка различными способами (от груди, из-за головы, снизу одной или двумя руками). Постепенные упражнения  содействуют развитию необходимых умений, развитию мелкой моторики. Чтобы вызвать интерес к играм с мячом, дают упражнения: «Брось и догони», «В воротики», «Подбрось повыше». Эти упражнения оказывают на детей большое эмоциональное воздействие и тем самым побуждают интерес. В ходе упражнений следят за точностью движений, за дозировкой физической нагрузки. Упражнения детям нравятся, они стремятся правильно выполнять их.  Для развития мелкой моторики включают задания, которые укрепляют кисти рук, делают пальцы гибкими. Примером могут служить упражнения с массажным мячом: прокатывание между ладонями, подбрасывание, стремление поймать, «закручивание», сдавливание. Эти упражнения доставляют детям огромное удовольствие. Они представляют, что в руках у них «маленькие ежики» и катают их вперед-назад, сжимают пальцами, ладонями, что способствует развитию мелкой моторики. Вызывает интерес у детей пособие – каучуковые мячики, которые помещаются у детей в ладонях, не выскальзывают из рук. С данным пособием проводятся игровые упражнения: сжать мячик одной рукой, потом другой, между ладонями; покатать об пол, одной и другой рукой.              Особый интерес детям доставляют игры-забавы с воздушными шарами. Дети осторожно ловят шар двумя руками, пальцами рук легко подбрасывают воздушный шарик вверх. Кроме развития мелкой моторики у детей развивается и сноровка, и внимание.  Детям очень нравится играть с теннисным мячиком. Сидя за столом, они толкают мячик от одной руки к другой «настольный футбол». Сначала некоторые дети будут очень напряжены, боясь, что мячик упадет на пол, но продолжая играть, они приобретают умение удерживать мячик на столе.  Любимые упражнения у детей подбрасывать мяч вверх, бросать в кольцо и прокатывать мяч друг другу.  *«Мой веселый звонкий мяч,*  *Ты куда пустился вскачь?*  *Красный, желтый, голубой,*  *Не угнаться за тобой».   (С.Маршак)*  Упражнение катать мяч друг другу:  *«Ты поймай мой яркий мяч*  *И отдай его, не прячь*  *Мячик прыгай, не спеши.*  *И (имя ребенка) поспеши.*  Упражнение прокатывать мяч по скамейке:  *«Друг веселый, мячик мой!*  *Всюду, всюду он со мной!*  *Раз, два, три, четыре, пять,*  *Хорошо мне с ним играть!»*              Формирование мелкой моторики представляется чрезвычайно важным в свете овладения ребенком навыками самообслуживания, предметной, игровой, трудовой и учебной деятельностью.              При формировании мелкой моторики развивается пространственное восприятие, произвольное внимание, память, мышление, воображение, речь, т.е. активизируется вся психическая деятельность ребенка. |