

# Играем с мячом с детьми 3-4 лет



Составитель: Васильева Елена Ильинична  
Инструктор по физической культуре МБДОУ№4

**Мяч – предмет, прекрасно знакомый и понятный для взрослых. Но стоит взглянуть на мячик глазами малыша, ведь он таит в себе множество открытий !**

Игры с мячом являются важнейшей составляющей полноценного детства ребенка и играют громадную роль для интеллектуального и физического развития, тренируют координацию, глазомер, ловкость, скорость реакции, самоконтроль, а также для уверенности в своих силах. Игры с мячиком благотворно влияют на детское здоровье, улучшается работа сердца, легких, зрение и осанка. Имеет мяч и социальное значение, так как помогает в развитии навыков общения и в приобретении новых друзей . Для детей мячик – это интересный предмет. Ребенок не просто играет в мячик, он варьирует им: катает, берет, бросает, кладет, переносит и пр., это развивает малыша не только физически, но и эмоционально.

Движение кистей и пальцев рук обладают особым значением для функционального развития мозга малыша, а также развития речи.

Упражнения и игры с мячом помогают развивать ориентировку, регулируют точность броска и его силу, участвуют в развитии ловкости и глазомера, быстроты реакции и нормализации эмоционально-волевой сферы. Это особенно значимо для деток малоподвижных и деток гиперактивных. Игра с мячом развивает мышечную силу, улучшает обмен веществ, работу сердца и легких.

## *ПОДВИЖНАЯ ИГРА «МЯЧ В КРУГУ»*

**Цель.** Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве, развивать фиксацию взора, активизировать прослеживающую функцию глаза.

**Ход.** Дети сидят на корточках на полу, образуя круг. Педагог (взрослый ) дает одному из участников игры мяч-Колобок (на нем нарисованы или приклеены глаза, нос, рот) и читает стихотворение.

Колобок, Колобок,

У тебя румяный бок.

Ты по полу покатись

И Катюше (ребятам) улыбнись!

По просьбе педагога («Катенька, покати мячик Диме») девочка прокатывает мяч двумя руками названному участнику. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ребенку, которого назвали по имени, и т.д.

**Правила:** мяч нужно отталкивать посильнее, что бы он докатился до другого участника игры, а также подавать выкатившийся из круга мяч.

## *ИГРА «ПРОКАТИ И ДОГОНИ»*

**Цель.** Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве, активизировать прослеживающую функцию глаза.

**Ход.** Ребенок с мячом в руках подходит к обозначенному месту (шнур, полоска пластыря, цветной кружочек) и выполняет действия в соответствии со стихотворным текстом.

Наш веселый, звонкий мячик (толкает мяч двумя руками)

Мы прокатим далеко (смотрит, куда он покатился),

А теперь его догоним. (бежит за мячом, догоняет его.)

Это сделать нам легко! (поднимает мяч над головой : «Пой мал!»)

В зависимости от диаметра мяча ребенок может прокатывать его одной рукой, чередуя правую и левую руку, если маленький (диаметром 5–8 см) или двумя руками, если большой (диаметром 18–20 см).

**Правила:** ребёнок смотрит вперед, прежде чем катит мяч. Не бежит за мячом сразу, а дожидается речевого сигнала.

## «СБЕЙ КЕГЛЮ»

**Цель.** Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель умение энергично отталкивать мяч в заданном направлении, развивать фиксацию взора.

**Ход.** Взрослый ставит две-три кегли на расстоянии 1-1,5 м от ребенка, дает ему большой мяч.

Ребенок приседает на корточки, наклоняется, ставит ноги чуть шире плеч в обозначенном взрослым месте (цветной кружок или шнур), прокатывает мяч двумя руками вперед, стараясь сбить кегли. Затем идет за ним, поднимает и возвращается.

Взрослый сопровождает свой показ такими словами:

Посмотри, какие кегли. (взрослый указывает на кегли)

Ровно-ровно в ряд стоят!

К ним направим мяч умело (толкает мяч двумя руками)

И они уже лежат! (обращает внимание на сбитые кегли)

**Правила:** энергично отталкивать мяч двумя руками, смотреть вперед -на кегли.

## «САЛЮТ»

Цель. Развивать ловкость, зрительно – двигательную координацию.

Ход. Дети берут мячи разных цветов и свободно располагаются по залу. Взрослый вместе с детьми произносит:

Это не хлопушки:

Выстрелили пушки.

Люди пляшут и поют.

В небе – праздничный салют! (дети подбрасывают мячи и ловят их).

По сигналу взрослого: «Закончился салют!» дети перестают бросать мячи вверх.

Правила: подбрасывать мяч вверх можно только после команды «Салют».

## «ВЕСЁЛЫЕ МЯЧИ»

**Цель.** Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, зрительно – двигательную координацию.

**Ход.** Дети с мячами в руках выстраиваются на исходной линии в шеренгу. Взрослый произносит слова:

Раскатились все мячи, покатались. Дети бросают мячи из-за головы и бегут за ними. Вот распрыгались мячи, разыгрались. Прыгают на двух ногах на месте с мячами в руках. Наши яркие мячи, разноцветные мячи.

В уголок бегут мячи, убегают.  
исходную линию.

Дети бегут на

Там попрятались мячи, отдыхают.  
корточки.

Присаживаются на

**Правила:** действовать согласно тексту стихотворения.

## *«НАЙДИ И ПРОМОЛЧИ»*

**Цель.** Развивать ориентировку в пространстве, расширять зрительное поле.

**Ход.** Дети стоят на одном конце зала лицом к воспитателю. Взрослый показывает мячик и говорит, что они должны най ти его. Тот кто най дет, должен подой ти к взрослому, тихо сказать на ухо, где он увидел мячик, и отой ти на свое место, а игра будет продолжаться до тех пор, пока все дети не най дут мячик.

Затем взрослый предлагает всем повернуться лицом к стене и закрыть глаза, а сам в это время прячет мячик. По сигналу «Готово!» дети открывают глаза и расходятся по комнате в поисках мячика. В конце игры отмечается тот, кто первый увидел мячик, а также те дети, которые проявили наибольшую выдержку, наблюдательность, сообразительность.

**Вариант:** кто первый най дет мячик вместе с взрослым, прячет его, а дети ищут.

**Правила:** тот, кто най дет, должен подой ти к взрослому, тихо сказать на ухо, где он увидел мячик, и отой ти на свое место.

## «ИГРА В МЯЧ»

**Цель.** Развивать ловкость, зрительно – моторную координацию.

**Ход.** Взрослый произносит слова:

Кач, кач, кач.

Дети берут мячи и встают в круг.

Поиграть хотим мы в мяч

Из корзины, где игрушки,

Поскорей его достань

И играть со всеми встань

Кач, кач, кач.

Дети бросают мяч двумя руками

Высоко подбросим мяч!

вверх и ловят его.

А потом его пой маем

И подбросим снова ввысь.

Только мячик наш держись.

Кач, кач, кач.

Бросают мяч двумя руками о пол

Мы о пол ударим мяч!

и ловят его.

А потом его пой маем

И ударим снова в низ.

Только мячик наш держись.

Кач, кач, кач.

Утомился бедный мяч.

Дети кладут мячи в корзину.

Закатился в уголок.

И тихонечко умолк.

**Правила:** выполнять движения согласно тексту.

# 20+ идей игр с мячом

- Сортировать
  - по цвету
  - по размеру
  - по весу
- Катать на машине
- Катать с горки и на горку
- Сбивать кегли
- Кидать в корзину
- Спеть песенку про мяч
- Погружать в воду
- Прятать и искать
- Выкладывать фигурки
- Крутить
- Бросать
  - Друг-другу
  - С высоты
  - Об стенку
  - Об землю
- Считать
- Наблюдать за тенью от мяча
- Катать палкой
- Попадать в цель
- Отстукивать ритм, как на барабане

спокойные

подвижные

