***МДОУ «Детский сад № 95»***

**Развитие координации движений у детей дошкольного возраста в играх и упражнениях с мячом.**



*Автор-составитель: Юмплюд Светлана Александровна,*

*инструктор по ФК*

Слово «координация» означает «согласование». Когда го­ворят о *координации движений*, имеют в виду согласован­ность в работе мышц разных групп, направленную на дости­жение определенного двигательного эффекта, конкретной це­ли. Прежде всего, это точность, соразмерность, способность правильно дозировать силу, направленность, скорость, расстоя­ние движений. В процессе координации движений всегда согласуется работа мышечных движений и тех или иных органов чувств.

Координация движений имеет большое значение для многих видов трудовой деятельности (это так же и письмо, и рисование, и игра на музыкальных инструментах, и т.д.). Однако надо иметь в виду, что координация движений — это очень сложное образование, которое опосредуется многими качествами, такими, например, как двигательная память, гибкость или высокая подвижность суставов и др.

Для развития ловкости и координации движений незаменимы игры с мячом. Для начала можно просто научить ребенка бросать и ловить мяч (лучше взять для этого мяч средних размеров). На первых порах поймать его довольно трудно: ребенок будет стараться удержать его двумя руками, прижимая к груди. Но постепенно, тренируясь, он научится ловить его ладонями.

Игры с **мячом** развивают глазомер, координацию, смекалку, способствуют общей двигательной активности. Для **ребенкамяч** – предмет увлечения с первых лет жизни. Ребенок не просто играет в мяч, а варьирует им: берет, переносит, кладет, бросает, катает и т.п., что развивает его эмоционально и физически. Игры с **мячом** важны и для развития руки малыша. Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга **ребенка**. И чем они разнообразнее, тем больше «двигательных сигналов» поступает в мозг, тем интенсивнее проходит накопление информации, а следовательно и интеллектуальное развитие **ребенка**.

Первые игры с мячом бесценны по своей значимости для здоровья, эмоциональной достаточности, физического и интеллектуального развития маленького ребенка. На протяжении всего дошкольного детства игры с мячом усложняются и как бы «растут» вместе с ребенком, составляя огромную радость детства.

 Движения рук способствуют также развитию речи **ребенка**. Современные научные данные подтверждают эти положения: области коры головного мозга, «отвечающие» за артикуляцию органов речи и мелкую моторику пальцев рук, расположены в одном иннервационном поле, т.е. непосредственной близости друг от друга. Следовательно, идущие в кору головного мозга нервные импульсы от двигающихся рук стимулируют расположенные по соседству речевые зоны, усиливая их активность.

Малыши, знакомясь со свойствами **мяча**, выполняя разнообразные действия (бросание, катание, бег за **мячом** и др.), получают нагрузку на все группы мышц (туловища, брюшного пресса, ног, рук, кистей), у них активизируется весь организм. Даже, казалось бы, обычное подкидывание **мяча** вверх вызывает необходимость выпрямления, что благоприятно влияет на осанку **ребенка**. Можно сказать, что игры с **мячом** – специальная комплексная гимнастика: развивается умение схватывать, удерживать, перемещать мяч в процессе ходьбы, бега или в прыжке. 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 гипервозбудимых детей. Игры с **мячом** развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.





Материал подготовлен с использованием информации:

1. Социальной сети работников образования **nsportal.ru**
2. Международный образовательный портал МААМ.РУ