

## **«Значение игр с мячом во всестороннем развитии дошкольника»**

Каждый сегодня знает, что полноценное физическое развитие и здоровье ребёнка – это основа формирования личности. «Здоровье детей – главное достояние нации, критерий духовного, политического и социально-экономического развития общества», – подчёркивается в резолюции Всероссийского совещания по проблемам оптимизации здоровья. Одной из главных стратегических задач развития страны должно стать формирование здорового поколения.

Совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации – является целью физкультурно-оздоровительной работы ДОУ. Основной задачей является – стимулирование позитивных сдвигов в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма. Дошкольный возраст – период развития ребёнка от 3 до 7 лет – наиболее благоприятен для приобретения жизненно важных знаний, умений, навыков. Именно в это время закладываются основы будущего здоровья, работоспособности человека, его психическое здоровье.

Дошкольный возраст отличается значительной динамикой показателей, которые характеризуют физическое и двигательное развитие ребёнка. Забота о двигательном развитии ребёнка является почти столь же важной и для его гармоничного развития, как рациональный режим, регулярное и полноценное питание, достаточный сон и частое пребывание на свежем воздухе. Утренняя гимнастика, занятия по физической культуре, другие физкультурные мероприятия предоставляют ребёнку все необходимые нагрузки, приучают к занятиям спортом, помогают расти здоровым. Ежедневные занятия гимнастикой оказывают ребёнку неоценимую помощь в ощущении собственной мышечной силы, профилактике всевозможных травм, развитии интеллекта, преодолении стрессовых ситуаций, укреплении иммунитета, препятствии различным болезням, получении регулярной физической нагрузки.

Детям свойственна большая потребность в движении, и это важная биологическая черта периода роста организма, более того, это становится обязательным условием для его правильного формирования и развития. Насколько органично будет развиваться ребёнок в детстве, настолько просто и естественно он будет овладевать знаниями в зрелом возрасте. Познавательная активность ребёнка выражается прежде всего в развитии восприятия, символической (знаковой) функции мышления и осмысленной предметной деятельности. Чем больше ребёнок получает впечатлений, тем быстрее идёт образование связей и развитие мозга. Следует отметить, что именно двигательная активность способствует развитию восприятия. Научные исследования показали, что чем богаче двигательный опыт ребёнка, тем больше информации поступает в мозг, что способствует интенсивному интеллектуальному развитию.

Подготовка детей к школе, развитие умения овладения письмом – один из компонентов деятельности ДОУ, обеспечивающий преемственность воспитательно-образовательного процесса ДОУ и школы и облегчения перехода детей к выполнению социальной функции ученика. Успешное решение этой задачи возможно только при использовании всего потенциала дошкольного учреждения и взаимодействия всех педагогов. Их совместные усилия способны создать систему, гармонично воздействующую на личность ребёнка и подготавливающую его к будущей деятельности.

Физическая культура – неотъемлемая часть этой воздействующей системы. Исследования показали, что такой вид учебной деятельности – как письмо, вызывает

трудности у большинства детей. Двигательный компонент письма требует чёткой координации движений, длительной фиксации суставов и, кроме того, связан со значительной статической нагрузкой, обусловленной неподвижной позой. Несовершенная нервная регуляция движений, слабое развитие мелких мышц руки, низкая выносливость по отношению к статическим нагрузкам у детей этого возраста усложняет овладение навыком письма.

Этот процесс подчиняется закономерностям формирования любого двигательного навыка. Чем богаче двигательный опыт ребёнка, тем легче формируются двигательные навыки. Этот опыт успешно приобретается при выполнении физических упражнений – специально подобранных, методически правильно организованных движений и сложных видов двигательной деятельности. В процессе физического воспитания развиваются разнообразные качества спортивно-игровой деятельности, в том числе необходимые для формирования графического навыка письма. Для решения задач развития двигательных навыков дошкольникам предлагаются игры с мячом, а детям старшего дошкольного возраста – игры с элементами спорта – баскетбол, волейбол, теннис и футбол. Все они имеют общую особенность – взаимодействие с мячом. Мяч имеет форму шара. Никакое другое тело не имеет большей поверхности соприкосновения с ладонью, которое даёт полноту ощущения формы. Шар оптимально задействует все анализаторы. Совместная работа двигательного, вестибулярного, зрительного и тактильного анализаторов, которые включаются в работу при выполнении упражнений с мячом, усиливают эффект положительного воздействия на совершенствование точных движений рук и пальцев. Используя элементы спортивных игр на занятиях, дети привыкают к работе с мячами разных размеров, форм и текстур поверхностей. Что развивает мелкую моторику рук. Цвет воздействует на психическое состояние ребёнка и его физиологические функции.

Координация движений – согласование работы всех мышц тела, в результате чего движения становятся размеренными, пластичными, экономными и при этом незаметно, что отдельные мышцы (антагонистические) действуют противоположно. Поскольку координация движения развивается наиболее успешно в детском возрасте и сохраняется длительное время, степень развития зрительного и двигательного контроля за движениями к моменту поступления в школу определяет успешность овладения письмом. Развитию координации движений способствует применение различных физических упражнений системы «глаз – рука». Особенно полезны в этом отношении игры с мячом.

Ориентация в пространстве начинается с различения направлений в собственном теле. В процессе дошкольного воспитания именно на физкультурных занятиях дети больше всего упражняются в этой области. На таких занятиях требуется быстрое определение правой и левой стороны, переключение с одного направления на другое. Выполняя упражнения, дети постоянно сталкиваются с необходимостью измерительных действий. В таких условиях образуется связь пространственных представлений с количественными, развивается способность оперировать пространственными величинами в воображении.

В самых различных видах деятельности человек сталкивается с задачей овладения объективно заданным в ней ритмом. А для этого ему необходимо иметь чувство ритма – способность проявляющуюся при воспроизведении ритмически организованных элементов временного ряда.

Исследования показали, что чувство ритма развиваемо. Значительный вклад в решение этой задачи вносят физкультурные занятия, проводимые с дошкольниками, так как многие физические упражнения циклические. Занимающимся необходимо постоянно осваивать ритмические структуры упражнений. Многообразие таких структур обогащает опыт ребёнка. Включения в занятия движений под музыку повышает эмоциональный настрой. даёт ребёнку возможность раскрепоститься и самовыразиться. Двигательный анализатор человека достигает очень высокого совершенства. Среди других функций движения пальцев руки имеют особое значение, так как влияют на развитие высшей нервной деятельности ребёнка. Возрастает роль физкультурных занятий в развитии мелких мышц кисти руки в различных видах двигательной деятельности (подвижные игры, переключивание мелких предметов в эстафетах, броски и ловля мяча). Даже если приходится выполнять большое количество упражнений, дети никогда не жалуются, так как все эти виды двигательной деятельности выполняются в игровой форме.

Различные виды деятельности требуют участия обеих рук. На физкультурных занятиях упражнения выполняются правой и левой рукой поочередно, что стимулирует развитие обеих рук. В этом также проявляется преимущество занятий физическими упражнениями с мячом.

Таким образом, в дошкольном возрасте необходимо развивать у ребёнка координацию движений, пространственные представления, чувство ритма и ручную умелость для подготовки его к овладению письмом. Специально подобранные упражнения, игры с мячом будут способствовать совершенствованию у ребёнка координации движений, научат ориентироваться в пространстве, чувствовать ритм, разовьют мелкие мышцы руки, те. Дадут ему всё, что необходимо для овладения сложным навыком письма и окажут положительное влияние на всестороннее развитие ребёнка.