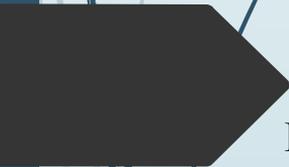


# Игры и упражнения с мячом, как средство развития ловкости и быстроты у детей 5 – 7 лет с ЗПР



**Выполнили**  
**Инструкторы по физической культуре**  
**Смирнова Анастасия Сергеевна**  
**Бабинцева Светлана Гурьяновна**

**Январь 2021 г**  
**г. Кирово - Чепецк**

В общей системе всестороннего развития человека физическое воспитание ребенка занимает важное место.

Именно в дошкольном возрасте закладываются :

- основы здоровья;
- основы физического развития;
- формируются двигательные навыки;
- создается фундамент для воспитания физических качеств.



# Актуальность

В последние годы заметно возросло количество физически ослабленных детей. Кроме того, их мышечная нагрузка уменьшается в силу объективных причин:

- мало возможностей играть в подвижные игры;
- некоторые родители чрезмерно увлекаются интеллектуальным развитием своих детей.

# ЦЕЛЬ :

- Познакомить детей с играми и упражнениями с мячом.
- Развивать умения выполнять различные упражнения с мячом.
- Развивать у детей ловкость, быстроту, координацию движений, ориентировку в пространстве.

# Образовательная область физическое развитие

Упражнения и действия с мячом включены начиная со второго года жизни. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от группы к группе за счет введения дополнительных заданий, а также более сложных способов выполнения.

# Значение игр и игровых упражнений с мячом

- Активизация мыслительной деятельности;
- Развитие крупных и мелких мышц;
- Воспитание положительных нравственно-волевых качеств;
- Коммуникативный навык;
- Совершенствование навыка основных движений;
- Развитие физических качеств: сила, ловкость, быстрота, прыгучесть;
- Решение коррекционной работы.

# Игры и упражнения с мячом

**Развивают:** согласованность движений, ритмичность, ловкость, глазомер, подвижность в суставах пальцев и кистях, коллективизм, пространственную ориентировку.

**Укрепляют:** мышцы, удерживающие позвоночник, мелкие мышцы кистей рук.

**Воспитывают:** выдержанность, честность, взаимопонимание, дисциплину, умение взаимодействовать.



















# Список литературы

- ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой., –6-е издание, доп.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
- Баскетбол для дошкольников: из опыта работы / Э.Й. Адашкявичине. – М.: Просвещение, 1983
- Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. сада / Е.Н. Вавилова. – М.: Просвещение, 1983
- Школа мяча: Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений / Н.И. Николаева. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008
- Гришин В. Г. Игры с мячом и ракеткой: (Из опыта работы). Пособие для воспитателя ст. групп дет. сада. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Просвещение, 1982. – 96 с., ил.

**Благодарим за  
внимание!**

