

## **Мастер – класс для родителей «Играем с мячом»**

**Воспитатель: Е.В.Брызгалина**

**Участники:** дети 5-6 лет, родители, воспитатель.

**Форма проведения:** игровая гимнастика с мячом.

**Цель:** учить координировать движения в соответствии с двигательной задачей, развивать силу, ловкость, глазомер, умение передвигаться с мячом в пространстве, воспитывать стремление заниматься с детьми дома.

### **Актуальность**

Игры с мячом были известны и любимы во все времена. В детских играх мяч по популярности занимает первое место. Он притягивает и манит детей всех возрастов, стимулирует фантазию и двигательное воображение.

Игры и игровые упражнения с мячом – это разновидность активности детей и вместе с тем школа разнообразных умений и навыков. В процессе действий с мячом у детей развивается умение ориентироваться в пространстве, координация движений. Дети учатся управлять своим телом, анализировать свои достижения, у них формируется «чувство мяча», которое включает в себя развитие глазомера, крупных и «ловких» мышц (мелкой моторики), умение регулировать статическое и динамическое напряжение. И конечно ребенок становится более ловким, сильным.

Игры с мячом -незаменимое средство при подготовке к школе.

Разнообразные манипуляции с мячом требуют контроля действий кисти руки, а ее двигательная активность напрямую связана с развитием интеллекта.

Сегодня мяч многолик. Это- футбол, хоп, массажный мяч, пластмассовый мяч, резиновый мяч и т.д. видовое разнообразие позволяет использовать мяч для поддержания активности.

Вдоль зала выкладывается шнур, который разделяет его на две части – «дорожки» Линия старта тоже обозначена шнуром.

На противоположной стороне зала, на линии финиша, положены мячи по количеству детей.

Родители и дети становятся в шеренгу на линию старта, между ними находится воспитатель. По его команде дети направляются шагом к мячам, берут их и поворачиваются кругом.

По команде дети и родители с мячом в руках возвращаются на линию старта. Затем по команде дети прокатывают мяч вперед, энергично отталкивая от себя в прямом направлении, и догоняют его. Возвращаются на линию старта. Ходьба и бег повторяются 2-3 раза.

### **Игровые упражнения**

#### **1. «Мастер мяча»**

**Цель.** Укрепление мышц туловища и конечностей; развитие ловкости, меткости, координации движений в крупных и мелких мышечных группах; формирование правильной осанки.

**Материал.** Мячи по одному на каждого игрока.

**Ход.**

**Вариант 1.**

- Бросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши за спиной и поймать мяч.
- 
- Бросить мяч вверх, повернуться кругом и поймать мяч.
- 
- Бросить мяч вверх, сесть, скрестив ноги, и поймать мяч.
- 
- Сесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги и поймать мяч.
- 
- Бросить мяч высоко вверх, наклониться, дотронуться концами пальцев до носков ног, выпрямиться и поймать мяч.

**2. «Сбей мяч»**

**Цель:** развивать глазомер, меткость.

**Оборудование:** мячи по количеству игроков и большой мяч

**Ход игры.**

Каждый игрок берет малый мяч. Все игроки встают вокруг большого мяча. По команде «сбей мяч!» участники катят мячи в большой мяч, стараясь попасть в него. Проигрывает тот, кто быстрее других собьет большой мяч.

**3. «Сбей булаву».**

**Цель:** развивать глазомер, меткость, ловкость.

**Оборудование:** мячи на каждого игрока, кегли.

**Ход игры.**

Игроки ставят булавы на линию, на расстоянии 15, 20 см друг от друга. Отходят от них на 2 -3 метра и катают мячи в кегли, стараясь их сбить.

**4. «Закати мяч в ворота»**

**Цель:** развивать смекалку, глазомер, меткость.

**Оборудование:** дуги, мячи

**Ход игры.**

Игроки встают в пару лицом к воротам. Толкая мяч ногой, игроки стараются попасть в ворота соперника.

**Игра «Ловишка с мячом»**

**Цель:** развивать ловкость, скорость, реакцию.

**Ход игры.**

Выбирается ловишка. Он становится в центре круга. У остальных игроков мячи в руках. При словах «Раз, два, три, лови!» игроки разбегаются, а ловишка начинает бегать и пытаться дотронуться до мяча игроков. Как можно больше затронуть мячей.

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №5 «Тополёк»,  
с.Варениковское, Степновского муниципального района Ставропольского края  
Заключительная часть. Дыхательное упражнение «Шарик лопнул».  
При вдохе надуть щеки и «Лопнуть» их.  
Все произносят слова «здоровье в порядке, спасибо зарядке!ёё»