**ЗНАЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ**

**Рекомендации родителям**

Двигательное развитие ребенка является основой для его познавательного, социального и эмоционального развития. Овладение пространственными представлениями – это один из критериев успешности человека в социуме. Чем подвижнее и координированнее ребенок, тем больше оснований говорить о его нормальном психическом развитии. В дошкольном детстве должен настораживать мало двигающийся ребенок. В то время как подвижный ребенок, неудобный и доставляющий много хлопот, более полноценно развивается.

Детей надо заставлять двигаться (играть) и специально организовывать их активность.

Необходимо обеспечивать 15-20 минут подвижных игр в день! Играть вместе!!!

Бытовой комфорт ограничивает движения ребенка (избыточный вес, ограничение круга интересов, снижение познавательной активности)

В настоящее время стимуляция интеллектуального развития детей превалирует над физической активностью.

****

**Если не развивать общую моторику, то наблюдается…**

Общее физическое недоразвитие (нарушается дыхание, сердечно-сосудистая система, обмен веществ), «вторичное» нежелание активности, из-за избыточного веса.

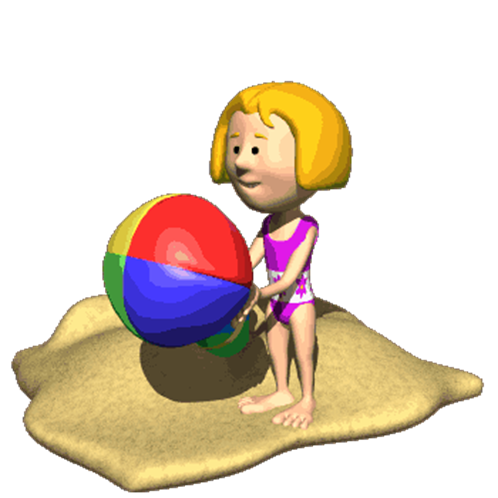
Неотработанное межполушарное взаимодействие (скоординированное движение рук, ног)

Недоразвитие речи как высшей психической функции. Чем меньше ребенок двигается, тем хуже он говорит.

Непонимание своего тела – трудности овладения своим поведением, сниженная самооценка.

Недоразвитие пространственных представлений (схема тела, бытовые навыки, игра, зрительно-слухо-моторные координации – рисунок, графема (письмо и чтение), счет, словоизменение и словообразование, грамматика, мышление).

«Телесное» и «Психическое» развитие сводится в единство!!



**Мяч - древнейшее орудие игры**

Мяч – упругий предмет сферической или сфероидной формы, сплошной или полый внутри. Используется в играх и спортивных играх.

Мячи и предметы, аналогичные им, археологи находят по всему миру.

Мяч одна из самых древних и любимых игрушек народов мира. Является объектом коммуникации, приобщения ребенка к группе.

Упражнения с мячом - древнейшее из всех физических упражнений.



**Ценность игры с Мячом:**

Мяч доступен игрокам разных возрастов.

Высоко адаптируется под разные возможности (моторные, интеллектуальные).

Игра высоко вариабельна: сложность правил, продолжительность игры.

Разные формы игры с мячом: в одиночку, парой, подгруппой, группой.

Мяч как орудие позволяет развивать широчайший спектр функций и навыков: произвольность, осознанность, самоконтроль, соблюдение правил, мотивация к овладению новыми навыками, знаниями.

Мяч безопасен и недорог.

**Рекомендуем родителям:   
занятия с мячом**

* Подвижные игры с мячом (катать, бросать и ловить, приседать и наклоняться с мячом, жонглирование).
* Удержание равновесия (балансировка сидя на больших фитболах: подъёмы-опускания рук, ног, наклоны, упражнения с гимнастической палкой).



* Упражнения для стоп с мячом (из положения сидя) – лечебная физкультура и профилактика плоскостопия
* Игры на бросание и попадание в цель (в мишени, коробки, стойки, и пр.)
* Прохождение «полосы препятствий» с мячом, эстафеты (перепрыгивание, ползание, приседания).
* Совместное с детьми изготовление мяча (бумага, ткань, загустители)!!!
* Освоение спортивных командных игр с мячом.
* Игры на свежем воздухе!

