

Консультация: НЕ ПРОСТАЯ ИГРУШКА.



Что же это за игрушка, скажите Вы. А это – МЯЧ. Универсальный инструмент, который поражает своей многофункциональностью: он поможет оценить широкий спектр потенциальных трудностей, он же активная пауза и разминка. Давайте рассмотрим, какие важнейшие психические функции и навыки можно эффективно развивать и корректировать с помощью, казалось бы такого простого предмета, как мяч, и как это связано с работой мозга.

РАЗВИТИЕ КРУПНОЙ МОТОРИКИ И НАВЫКОВ РЕЦИПРОКНОЙ КООРДИНАЦИИ. Крупная моторика – это основа физического развития, включающая движения крупных мышц тела (руки, ноги, туловище).

Реципрокные(перекрёстные) движения, такие как ходьба, ползание, броски мяча с чередованием рук, играют ключевую роль в развитии межполушарного взаимодействия. Это влияет на общую координацию, пространственные представления, способность к обучению и даже на развитие речи.

Например, игра «Вратарь». Взрослый бросает мяч ребенку, стоя напротив и бросает ему мяч. Сначала прямо в руки, затем немного правее, левее, ниже или выше. Ребёнок – «вратарь», должен поймать мяч, стараясь не прижимать к груди, а зафиксировать в ладонях, затем можно усложнить отбивать мяч ладонями. На начальном этапе взрослый может давать вербальные подсказки («лови справа»; «мяч летит ниже» и т.д.) **Польза:** тренирует ловкость, быстроту реакции, способность к антипации (предугадывание траектории полета мяча), улучшает глазомер, координацию «глаз-рука», способствует улучшению межполушарного взаимодействия(чередование рук при ловле и отбивании.)

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ. Мелкая моторика – это точные, координированные движения пальцев и кистей рук. Ее развитие тесно связано с развитием речи, а также с готовностью руки к письму, способность к самообслуживанию. Например, игра «Хваталки». Ребенок держит перед собой раскрытые ладони. Взрослый берет небольшой мяч (теннисный или массажный), и быстро, но легко касается им одной из ладоней ребенка. Задача ребенка – очень быстро среагировать, сомкнуть пальцы и удержать мяч в ладони. **Польза:** эта игра великолепно развивает скорость реакции, точность движений пальцев, силу хвата, обогащается тактильный опыт при использовании мячей разной текстуры.

УЛУЧШЕНИЕ ЗРИТЕЛЬНО-МОТОРНОЙ КООРДИНАЦИИ. Зрительно-моторная координация (или координация «глаз-рука», «глаз-нога») – это способность согласовывать зрительное восприятие с движениями тела. Она необходима для большинства повседневных действий от рисования и письма до завязывания шнурков и спортивных игр. Например, задания «Пройди по лабиринту». На полу с помощью бумажного скотча или мела размечается линия лабиринт. Ребенок должен провести мяч по заданной траектории. Варианты: Чеканить мяч одной или попеременно двумя руками, двигаясь вдоль линии; прокатывать мяч ногами (как футболист), стараясь не выходить за пределы линии. **Польза:** при чеканке мяча ребенок должен постоянно отслеживать его взглядом, координировать силу и направление удара руки, одновременно контролируя положение тела относительно линии. Это мощная

тренировка для зрительного внимания, способности к распределению внимания и точности движений. Прокатывание мяча ногами развивает координацию движений нижних конечностей, чувство равновесия и проприоцептивное восприятие (ощущение своего тела в пространстве).

РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ И ФУНКЦИЙ РЕГУЛЯЦИИ И КОНТРОЛЯ. Внимание (его концентрация, устойчивость, переключаемость, объём) и регуляторные функции (способность ставить цель, планировать действия, контролировать их выполнение, исправлять ошибки) - это высшие психические функции, за которые отвечают лобные доли головного мозга. Игры, с мячом которые требуют соблюдения правил и быстрой смены действий, являются тренажером для этих функций. Например, игра «Меняй». Участники (ребенок (группа детей) и взрослый), становятся в круг или напротив друг друга и перебрасывают мяч. Ведущий задает правила. Произнося определенную команду, дети ее выполняют («Бум!» меняется направление передачи мяча, «Бам!» - мяч бросается не через верх, а ударом об пол и т.д.). **Польза:** эта игра требует постоянной концентрации слухового внимания, способности быстро переключаться между разными способами действия, а также тормозить привычный способ броска и заменять его новым, согласно инструкции. Это тренирует гибкость мышления и самоконтроль.

ТРЕНИРОВКА ПАМЯТИ. Память- сложный процесс, включающий запоминание, сохранение и воспроизведение информации. Игры с мячом способствуют развитию разных видов памяти, особенно слухоречевой и двигательной, а также развитию рабочей (способность удерживать в уме и оперировать несколькими единицами информации одновременно). Например, игра «Слово наоборот». Ребенку предлагается чеканить мяч двумя руками (или одной, если двумя сложно) и одновременно произносить любое загаданное слово по буквам, но в обратном порядке (если загадано слово «стена», то ребенок отбивая мяч, говорит: А-Н-Е-Т-С. Важно не прекращать «чеканку» пока вспоминаешь следующую букву, ритм должен сохраняться. Начинать лучше с коротких слов (3-4 буквы). **Польза:** Эта игра прекрасный пример многозадачности, которая активно стимулирует рабочую память и концентрацию внимания.

АКТИВИЗАЦИЯ И РАЗВИТИЕ РЕЧИ. Движение и речь тесно взаимосвязаны. Ритмичные движения, особенно сопровождаемые проговариванием, способствуют улучшению темпа и ритма речи, ее плавности, а также развитию фонематического слуха (способности различать звуки речи) и артикуляционной моторики. Например, игра «По буквам». Ребёнок произносит слово по буквам, как будто диктует его для записи, и одновременно выполнять определенное действие с мячом. (допустим мяч подкидывается высоко если буква гласная, низко если согласная. И т.п.). **Польза:** Такая игра помогает ребенку лучше осознать звуковой состав слова, дифференцировать гласные и согласные не только на слух, но и через двигательное действие. Это способствует закреплению знаний о буквах и звуках, развитию фонематического анализа и синтеза.

Из вышесказанного мы видим, что МЯЧ - это не просто спортивный снаряд или детская забава. **МЯЧ - ЭТО МОЩНЫЙ ИНСТРУМЕНТ, ПОЗВОЛЯЮЩИЙ В ИГРОВОЙ ФОРМЕ РАЗВИВАТЬ ШИРОКИЙ СПЕКТР КОГНИТИВНЫХ, МОТОРНЫХ И РЕЧЕВЫХ НАВЫКОВ, СТИМУЛИРУЯ ГАРМОНИЧНОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА.**

Подготовил педагог-психолог: Емельянова С.В.