



Полезьа метания мяча для детей

Мяч выступает в качестве развития достаточно важных физических качеств ребенка, таких как ловкость, сила, меткость и другое.


Основная цель использования мяча детьми 2-3 лет – это обучить малыша обхвату и удержанию круглых предметов. Ощупывая мячи разного качества и объема, ребёнок развивает мелкую моторику, сенсорные способности.

Необходимо помнить о том, что для метания для начинающих следует использовать предметы, масса которых не превышает 200 грамм. В противном случае ребёнок может повредить руки в плече, кисти или локтевом сгибе.

Метание мяча воспитывает целеустремлённость, развивает глазомер. Ведь «посылая» мяч вперед, ребёнок устремляет его, и точка падения мяча — цель. Невозможно хотя бы примерно не представить себе, куда примерно упадёт мяч или другой спортивный снаряд.

В психологическом ключе нельзя не отметить и такой полезный момент как дальновидность. Устремляя мяч вперед, человек подсознательно просчитывает не только его конечную точку приземления, но и траекторию.





Метание мяча, как ни странно, воспитывает в человеке и стремление к дисциплине. Когда человек готовится метнуть снаряд, он принимает положение, предусмотренное правилами. И одним из правил является недопустимость заступа за определённую черту. И этот момент в рамках массовых соревнований, да и на тех же занятиях по физической культуре, учитывается особо.

В человеке формируется азарт, причем только в хорошем смысле этого слова. А уж азарт в сочетании с достаточно подвижным видом спорта однозначно формирует активную во всех отношениях личность.

Метание мяча способствует и умению сосредоточиться. А сосредоточенность на цели, а в данном случае, по сути, точке, формирует сосредоточенность и в более широком смысле, и достаточно эффективно.

Таким образом, мяч выступает универсальным инструментом развития дошкольника.

<https://nsportal.ru/detskii-sad/distantsionnoe-obuchenie/2020/04/26/igry-s-metaniem-brosaaniem-i-lovley-myach>

