**ТВОЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ МЯЧ**

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Основная задача – научить всех детей владеть мячом на достаточно высоком уровне.

Игры с мячом пользуются у детей наибольшей популярностью, и это не удивительно. Сюжеты упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, надо уметь его ловить, мячом можно пятнать, выбивать, играть в спортивные игры (Н.И. Николаева, 2008).

Если обратиться к многочисленным источникам, то можно увидеть, что многие выдающиеся педагоги, в древности и в современном мире, уделяли мячу большое внимание.

Один из выдающихся немецких педагогов-философов ХIХ века Фридрих Фребель отнёс мяч к великим дарам педагогики, поставил его на первое место и назвал «идеальным средством для упражнений». Фребель считал, что мяч – это шар, идеальная космическая форма, самая совершенная геометрическая фигура, не имеющая ни начала, ни конца. Соприкасаясь с ладонью, шар посылает оптимальную информацию всем анализаторам. Совместная работа двигательного, вестибулярного, зрительного и кожного (тактильного) анализаторов, которые включаются при выполнении упражнений с мячом, усиливает эффект занятий.

Фребель, отмечая разностороннее воздействие мяча на психофизическое развитие ребёнка, подчёркивает его роль в развитии координации движений, кисти рук, а следовательно, в активизации работы головного мозга. Он считал, что почти всё, в чём нуждается ребёнок для своего разностороннего развития, ему даёт мяч.

Особо важное значение имеют игры, в которых действия ребёнка с мячом сопровождаются соответствующими моменту словами и песнями (Т.С. Овчинникова, 2010).

В системе физического воспитания, разработанной П.Ф. Лесгафтом, игры с мячом также занимают важное место. Ребёнок, играя, выполняет разнообразные манипуляции с мячом: целится, отбивает, подбрасывает, перебрасывает, соединяет движения с хлопками, с различными поворотами, и т. п («Школа мяча») , что способствует развитию глазомера, двигательных координационных функций (М.Л. Журавин, Е.Г. Сайкина, 2012).

По данным А. Лоуэна (1997), отбивание мяча повышает настроение, снимает агрессию, помогает избавиться от мышечных напряжений, вызывает удовольствие. Удовольствие, по его мнению, это свобода телодвижения от мышечной брони, мышечного напряжения.

Э.Й. Адашкявичене (1983), указывает в упражнениях и играх с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений.

А.В. Кенеман (1985) подчеркивала благоприятное влияние упражнений с мячом на физическое развитие и работоспособность дошкольников.

Таким образом, именно в дошкольном возрасте, в результате целенаправленного педагогического использования мяча, укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные качества и умения, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.