**2 младшая и средняя группы**

**Упражнения с мячом для развития предметной ловкости**

Игры с мячом, они всегда вызывают интерес у детей, да и у взрослых! Игры с мячом воспитывают такие важные качества, как ловкость и быстроту.

Тонкие высококоординированные движения рукой, особенно кистью и еще больше пальцами, управляются высшим отделом мозга – корой больших полушарий и имеют там широчайшее представительство. Упражнения просты и разнообразны, потому не сопровождаются обширными комментариями и методическими указаниями. Многочисленное их повторение в самых разнообразных условиях (дома, на улице, на снегу и в воде) создаст хороший фон для развития ловкости, будет способствовать закреплению элементарных двигательных навыков.

**Упражнения с мячом (для детей с 3 до 5 лет)**

**Покати мяч**. Взрослый и ребенок перекатывают мяч друг другу по полу.

**Мяч в ворота**. Ребенок должен закатить с некоторого расстояния мяч в «ворота». Для обозначения «ворот» можно использовать различные предметы, например обычные кубики или ножки стула.

**Передача мяча**. Ребенок выпускает мяч из рук, приговаривая: раз, два, три: мяч скорей беги! (Бросает его взрослым с небольшим отскоком от пола.)

**Подбрось мяч**. Двумя руками брось мяч вверх и поймай1

**Передача и ловля мяча**. Встать напротив мамы или папы: «Ты поймай мой яркий мяч и отдай его, не прячь!»

**Бросание мяча об пол и ловля**. «Девочки, мальчики! Поиграем в мячики? Мячик наш в прискок пошел. постучим мячом о пол!»

**Переложи мяч**. Ребенок должен принять исходное положение упор сидя сзади. Зажав мяч обеими ногами поднять его с пола и перенести слева направо. Затем сделать то же справа налево.

**Послушный мяч**. Лежа на спине, зажать мяч между ногами. Повернуться на живот, не выронив мяча. Повторить 4-6 раз «Вот какой послушный мяч! Между ног его запрячь.

Повернись и оглянись! Мячик, на пол не катись!»

