

**Декабрь 2022г.**

### **Мы спешим на хоппи – болл**

Встретив в коридоре детского сада инструктора по физической культуре Андрееву Ирину Геннадьевну, многие дети спешат с вопросом: «А хоппи – болл сегодня будет?», Ирина Геннадьевна улыбается и задает детям встречный вопрос: «Какой сегодня день недели?». Все знают, что занятия по хоппи – болл проходят по понедельникам и средам. Что же это за хоппи – болл такой? Хоппи – болл - это занятие – игра. Да не просто игра, а игра с большими гимнастическими мячами.

Основным видом деятельности ребенка дошкольного возраста является игра. Ирина Геннадьевна с помощью игр и игровых упражнений с мячом помогает детям развиваться. Занятия с детьми четвертого года жизни это занятия – сказки. Упражнения выполняются детьми по ходу рассказывания сказки, перевоплощений в сказочных персонажей. Эти занятия не имеют большой мышечной нагрузки, в них преобладают упражнения на развитие мелкой моторики (хватание, бросание, поглаживание, прокатывание предметов, разные виды ритмичных хлопков), звукоподражание, а также игры с речевым содержанием. Дети получают удовлетворение от того, что научились выполнять то или иное движение, от перевоплощения в игровой образ и от самого процесса игры.

В старшем возрасте дети становятся более координированы, более настойчивы в преодолении трудностей. Они могут многократно повторять упражнения, работать в коллективе, выполнять команды, данные педагогом, и, конечно, становятся более ловкими в играх. Несмотря на то, что игровая деятельность все больше переходит в учебную, игра для детей этого возраста продолжает занимать очень важное место. Изменяется качество игр. Все большее значение приобретают коммуникативные игры, командные игры и соревнования с элементами спорта.

Занятия с мячом укрепляют мышцы спины и брюшного пресса, создают хороший мышечный корсет, но главное, вырабатывают навык правильной осанки, а еще у ребенка улучшается настроение, появляется чувство радости и удовлетворения.

Вот такие занятия, вот такая игра!



















