**Подвижные игры с мячом как средство развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста.**

**Немеш Оксана Алексеевна**

**инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад «Ивушка»**

**Старшие дошкольники с большим интересом относятся к играм с мячом. Игры с мячом являются одним их основных средств развития у старших дошкольников ловкости**, выносливости, силы и быстроты, воспитания решительности, находчивости, выдержки, организованности. **Подвижные игры с мячом** являются эффективным **средством** физической подготовленности. Методически продуманное, целенаправленное руководство **подвижными** играми значительно активизирует, совершенствует деятельность **детей**. Ловкость  — это искусное владение движениями в сложных изменяющихся ситуациях, способность быстро и точно реагировать на неожиданно возникающие ситуации. Нормально **развивающийся** ребенок с рождения стремится к движениям. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них – это, прежде всего, двигаться, действовать. Одной из актуальных задач физического воспитания  **дошкольников** является разработка и использование таких методов и **средств**, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней **среды. Подвижные игры я одним из основных способов** **развития** физических качеств у **детей. Они** всегда связаны с инициативой, фантазией, творчеством, поэтому дети с удовольствием в них играют.

В **старшем возрасте** дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, а **игры** построены на знакомом материале. При проведении игр учитываются индивидуальные возможности, а педагогическое руководство двигательной деятельностью **детей** способствует целенаправленному формированию моральных и волевых качеств. Вместе с тем частая смена способов выполнения игровых заданий, введение дополнительных движений повышают интерес **детей**, стимулируют проявление различных свойств **ловкости**. Лучший путь **развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста**, когда у них уже есть необходимый запас двигательных навыков – это применение игр и игровых заданий, где движения выполняются в сложных, часто меняющихся условиях. Этому требованию и отвечают **подвижные игры с мячом**, которые являются для **детей** наиболее увлекательной формой двигательной активности, т. к. ориентируют их на достижение определенной цели. **Подвижные игры с мячом** эффективно влияют на **развитие таких свойств ловкости**, как согласованность *(координация)* движений, точность, быстрота, находчивость. Все **подвижные игры с мячом** составляются из движений предусмотренных *«Программой воспитания в детском саду»*, т. е. выполнение их вполне доступно и интересно детям. **Детям интересно в игре** разнообразие движений – пробежать, перелезь, подлезть, передать мяч, попасть **мячом в цель и т**. д., их соревновательный характер. Используя  **подвижные игры с мячом, мы**  совершенствуем основные движения, ребенок овладевает новыми двигательными навыками и некоторыми знаниями. Ребёнок имеет возможность самостоятельно их применять в игровой и жизненной ситуации.

**Подвижные игры с мячом помогут развить ловкость у детей старшего дошкольного возраста** при условии применения систематического проведения игр с обязательным усложнением их содержания.

Например:

Игра *«Предай мяч»* с усложнением. Вместо резинового мяча используем набивной мяч, и дети находятся в одной колонне стоя на скамейке.

Игра *«Кати в цель»* с усложнением. Катание проводится по очереди: правой и левой рукой, вместо целей используем поставленные на землю кегли.

Игра *«Змейка»*. Варианты усложнения:

Ребенок будет вести от линии маленький мяч клюшкой, обходя предметы *«змейки»*;

Игрок будет вести мяч от линии, обходя все предметы *«змейки»*, ударяя его при этом о пол или землю.

Эстафета с мячами. Варианты усложнения:

сначала мяч передается вверху спереди назад, а потом в обратном направлении: сзади наперед, а поэтому педагогу отдает мяч игрок, стоящий первым;

мяч передается назад внизу между широко расставленными ногами;

Комбинация двух движений: мяч передается назад вверху над головами, а вперед – внизу, между широко расставленными ногами.

По результатам можно сделать вывод, что **подвижные игры с мячом способствуют развитию ловкости у детей старшего дошкольного возраста**. Выдвинутая гипотеза о положительном влиянии **подвижных игр с мячом на развитие ловкости у детей старшего дошкольного возраста подтвердилась**. Таким образом, можно сделать вывод об эффективности активного использования **подвижных игр с мячом в развитии ловкости у дошкольников старшего возраста**. **Подвижные игры с мячом** можно считать важным аспектом.

Литература: Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет»,

Москва, «Просвещение», 1988г.;

Шебеко В.Н., Ермак Н.Н., Шишкина В.А. «Физическое воспитание дошкольников»,

Москва, «Академия, 2000 г.