**ИГРЫ С МЯЧОМ**

Школа мяча

Раньше была очень популярна такая игра с мячом: дети выполняли довольно сложные фигуры, каждую повторяли, как правило, три раза. В разных уголках России такие фигуры называли по-разному:

1) **«свечи»** – подбросить мяч не высоко вверх и поймать его. Во второй разбросить выше, в третий –еще выше;

2) **«поднебески»** – подбросить мяч вверх, дать ему упасть и после отскока от земли поймать;

3) **«хватки»** – поднять руки с мячом вверх, выпустить его и поймать налету, пока он не ударился о землю;

4) **«вертушки-перевертушки»** –положить мяч на ладонь, слегка подбросить его, в это время развернуть кисть тыльной стороной вверх, отбить мяч вверх, а затем поймать;

5) **«первыши-водокачи**≫ – ударить мячом в стену и поймать его, не дав коснуться земли;

6) **«зайца гонять»** – бросить мяч так, чтобы он сначала ударился о пол, потом о стенку, и затем поймать его;

7) **«пришлепы»** – ударить мячом в стену, затем, когда он отскочит,

отбить его ладонью так, чтобы он опять ударился о стену, после чего поймать;

8) **«галки, вороны, зеваки**≫ –встать спиной к стене, наклонить голову назад. Ударить мячом в стену и поймать его двумя руками;

9) **«одноручье»** – подбросить мяч вверх правой рукой и поймать правой; подбросить левой и поймать левой; подбросить мяч вверх правой рукой, а поймать левой; подбросить левой, а поймать правой;

10) **«ручки»** – опереться левой рукой о стену, правой бросить мяч под левой рукой так, чтобы он ударился о стену, и поймать двумя руками. То же, но опереться о стену правой рукой;

11) **«через ножки»** – опереться левой ногой о стену, из-под ноги бросить мяч так, чтобы он ударился о стену, быстро убрать ногу и поймать мяч двумя руками. То же с опорой о стену правой ногой;

12) **«из-за спины**≫ – подбросить мяч рукой, заведенной за спину, а поймать перед собой одной или двумя руками;

13) **«в ладоши»** – ударить мячом в стену, сделать хлопок и поймать мяч;

14) **«по коленям**≫ – ударить мячом в стену, хлопнуть руками по коленям и поймать мяч;

15) **«нитки мотать**≫ – ударить мячом в стену, быстро сделать движение руками, имитирующее наматывание ниток, и поймать мяч;

16) **«с одеванием»** – ударить мячом в стену, а пока он летит, сделать движение, имитирующее надевание шапки, и поймать мяч. После второго броска имитировать обувание;

17) **«гвозди ковать**≫ – отбивать мяч о землю одной рукой – правой или левой – либо двумя руками поочередно. Можно усложнить упражнение: отбивая мяч, на каждый удар произносить какое-нибудь слово, скороговорку, прибаутку или короткую фразу.

**«Шлепанки»**

Дети встают в круг лицом к центру и выбирают водящего. Он выходит в центр круга, называет по имени одного из играющих и бросает ему мяч. Тот, чье имя он назвал, ловит мяч, выходит в круг и, стоя на одном месте, отбивает мяч –

шлепает ладонью. Число ударов определяется заранее, но не должно быть меньше пяти. Играющие в это время ходят, прыгают на двух ногах или бегут по кругу. После положенного числа ударов дети останавливаются, игрок перебрасывает мяч водящему, который называет другого игрока, перебрасывает ему мяч, и т.д. Игра продолжается до тех пор, пока кто-то не уронит мяч.

Тому, кто уронил мяч, играющие предлагают выполнить какое-нибудь веселое задание: например, пронести мяч по кругу в ложке или, удерживая его кончиками пальцев, лечь на мяч спиной и, отталкиваясь ногами, покрутиться и т.п. Затем выбирают другого водящего.

**«Старые лапти»**

На одной стороне площадки проводят черту – это город, где находятся все играющие. Пространство за городом – игровое поле. Дети встают к черте и по очереди катят мячи в сторону поля. Чей мяч укатится дальше, тот становится водящим. Мячи играющих остаются на игровом поле, только водящий берет свой и отходит от города на расстояние4–5 м. ≪Берите мячи!≫ – командует он и ждет, когда играющие будут выбегать за ними. Всех, кто пересекает черту города, он старается осалить мячом. Тот, кого осалили, становится водящим. В случае промаха водящий бежит за мячом, а играющие стараются подобрать свои и вернуться в город. Если все игроки успели взять мячи, то они еще раз катят их в поле, но водящий остается прежним. Тем, кто не успел взять свой мяч, предстоит еще одна попытка, и т.д.

**Правила**

1. Играющие должны брать с игрового поля только свои мячи.

2. Водящему разрешается в пределах площадки переходить с одного места на другое, но нельзя стоять в середине площадки и рядом с мячами.