### «Цветочная поляна»

##### Игровое пособие.

**Цель:** Формировать технику прыжка, координацию движений; развивать ловкость, быстроту реакций, меткость; отрабатывать силу толчка при прыжках, воспитывать доброжелательное и уважительное отношение друг к    
другу, желание заниматься физическими упражнениями.  
**Материал**: По внешнему виду  пособие «Цветочная поляна» напоминает шар с изображением цветов. Шар крепиться к потолку. Пособие «Цветочная поляна» изготовлено из плащевой ткани, на которую нашита  аппликация с изображением цветов – липучек. К пособию  прилагаются бабочки на липучках.   
**Методические рекомендации:**  
**-** В игре могут принимать участие от 2 и более детей;  
 - Выполняется поточно;  
 - Инструктор осуществляет страховку;  
 - Регулировать силу отталкивания;  
 - Обратить внимание на роль замаха для результативности;  
 - Умение сочетать разбег и толчок;  
 - Оценить умение определять место для отталкивания и выполнение  
    группировки при приземлении.  
Игру можно использовать при проведении диагностики обследования детей, на занятиях, эстафетах, в подвижных играх, индивидуально для закрепления полученных умений и навыков на занятиях, на индивидуальных занятиях по профилактике плоскостопия и нарушения осанки, на праздниках и развлечениях.  
**Правила игры:**  
Каждому   ребенку   инструктор   раздает   цветную  бабочку.   Задача   детей, выполняя  прыжок,   посадить  бабочку  на  цветную поляну.   Чем  выше она будет находиться, тем больше ребенок получает очков. Инструктор обращает внимание детей на правильное приземление при прыжке.   
**Далее упражнения можно несколько усложнить:**  
 - «Достань головой»   (стоя  под  шаром,   допрыгнуть  до  него  и  коснуться   
    головой);  
 - «Посади бабочку на поляну» (прилепить «бабочку» на липучку);  
 - «Поймай бабочку» (подпрыгнув вверх, нужно «поймать» бабочку рукой);      
 - «Попади в шар» (метание);  
**Используется в эстафетах:**  
 - Чья команда больше количество раз дотронется до шара;  
 - Чья команда больше «посадит» бабочек на поляну;  
 - Чья команда больше «поймает» бабочек;  
 - Кто быстрее дотронется до шара.  
**В подвижной игре:**  
 - «Кто больше соберет бабочек»   
**Правила игры.** Шар  опускается  ниже  к  уровню пола,  где инструктор заранее размещает бабочек.  При раскачивании шара, задача детей как  можно  больше  собрать бабочек, при этом шар не должен коснуться участников игры.  
**Индивидуальные занятия по профилактике  плоскостопия и нарушения осанки:**  
- Пальцами ног собрать бабочек и посадить на «Цветочную поляну»;  
 - Удержать бабочку на ступнях ног (лежа на спине);  
 - «Веселые прыжки» -  И.п.: сидя, ноги плотно прижаты друг к другу.   
    Подняв ноги, перенести их через лежащую на полу бабочку;  
 - «Балерина».- И.п.: - сидя на стульчике, ноги поставить на пальчики  
   (пуанты). На пуантах, словно балерина, шагать вперед, пока ноги не   
    встанут полностью на все ступню и не дойдут до бабочки;  
 - «Лисичка». Мягкая крадущаяся ходьба на носках, переступая через  
     бабочки  
 - «Кабанчики». Тяжелая ходьба на пятках, переступая через бабочек;  
 -  Дотянись до шара двумя руками (и.п.: стоять под шаром);       
 -  Ходьба по залу с игрушкой «бабочкой» на голове (держа осанку, чтобы не  
    уронить бабочку).



