**Мой веселый звонкий мяч.**

Одним из важнейших направлений государственной политики на современном этапе является поддержка и сохранение здоровья, как взрослого, так и детского.

В настоящее время дошкольные учреждения посещают дети в основном со II и III группой здоровья.

Среди детской патологии особое место принадлежит нарушениям зрения, которые могут привести к слепоте, остаточному зрению, слабовидению или отклонениям в формировании полноценной функциональной системы.

Наиболее распространенной формой глазной патологии в дошкольном возрасте является косоглазие и амблиопия, которые характеризуются разной степенью нарушения зрительных функций.

Изучая особенности физического развития детей с нарушением зрения Л.С. Сековец (1984), М.А. Мишин (1997) пришли к выводу, что зрительная недостаточность, монокулярный характер зрения, характерный для детей с косоглазием и амблиопией, снижает двигательную активность и затрудняет формирование основных параметров движения.

В связи с этим физкультурно–оздоровительная работа в ДОУ приобретает особую актуальность.

Ведя поиск эффективных способов развития подвижности у детей с косоглазием и амблиопией, мы обратили внимание на то, что любимой игрушкой для многих детей является мяч.

Мяч – первый предмет в жизни ребенка, форма которого наиболее благоприятна для него. У малыша каждая рука в отдельности и обе вместе устроены как бы специально для того чтобы удерживать мяч. Удерживая мяч в руках, ребёнок учиться владеть им.

Поэтому мы считаем, что мяч является прекрасным инструментом, который с успехом может быть использован в физкультурно-оздоровительной работе с детьми с косоглазием и амблиопией.

С помощью мяча можно решать разнообразные задачи:

* развивать общую моторику, ловкость и быстроту реакции;
* регулировать силу и точность движений;
* совершенствовать умение ориентироваться в пространстве;
* развивать деятельность сердечно – сосудистой и дыхательной систем;
* активизировать зрительные функции.

Прежде чем приступить к обучению детей подвижным играм и упражнениям с мячом педагогу необходимо познакомиться с основными данными о физическом и психическом развитии каждого ребенка, а именно:

* рекомендациями педиатра, ортопеда, невролога, офтальмолога;
* общим состоянием здоровья ребенка (перенесенные заболевания);
* состоянием опорно–двигательного аппарата и его нарушениями;
* наличием сопутствующих заболеваний;
* состоянием зрительного дефекта;
* состоянием и возможностями сохранных анализаторов;
* состоянием нервной системы.

Специальных подвижных игр и упражнений с мячом для детей с нарушением зрения не существует. Они играют в те же игры, что и нормально видящие дошкольники, но во время организации игр с мячом с детьми с косоглазием и амблиопией следует соблюдать ряд необходимых требований:

1. Учитывать вид косоглазия: для детей со сходящимся косоглазием использовать игры, требующие направления взгляда вверх, вдаль; с расходящимся косоглазием – с направлением взгляда вниз и вблизи.
2. Использовать мячи, окрашенные в один из цветов, - красный, оранжевый, желтый, зеленый, так как они наиболее благоприятно воздействуют на сетчатку глаза.
3. В период лечения детей прямой окклюзией в действиях с мячом лучше использовать озвученные мячи (внутри с пластмассовыми шариками, горохом), так как звуки, которые возникают при движении мяча, помогают ребенку определить направление мяча при движении.
4. При необходимости использовать индивидуальные зрительные ориентиры в виде цветных геометрических фигур.

Обучение дошкольников с косоглазием и амблиопией играм и упражнениям с мячом имеет ряд особенностей:

1. Обучение носит наглядно-практический характер, то есть, дети осваивают все движения, наблюдая за действием педагога и в процессе собственных практических действий с мячом.
2. На начальном этапе обучения педагогу необходимо использовать метод совместно – разделенных действий: брать руку (и) ребенка в свою(и) и совместно с ним выполнять нужное действие.
3. Первоначально все задания, предлагаемые детям, имеют как вербальную, так и невербальную форму выполнения, чтобы дети имели возможность наблюдать речевое поведение взрослого и подражать ему. Показывая какое–либо действие, педагог сопровождает их речью, то есть, использует прием комментирующей речи собственных действий и действий детей. Например: «Я сейчас брошу мяч. Смотри, как я это делаю. Я беру его двумя руками и поднимаю вверх. Теперь я спрячу его за голову и брошу сильно вперед далеко–далеко».
4. Одно и то же упражнение следует показывать и пояснять не один раз, а многократно, чтобы создать у ребенка правильный образ действия. Благодаря многократным повторениям образуются более прочные двигательные навыки: ребенок начинает выполнять действие свободнее, без лишнего напряжения; у него появляется своеобразное чувство мяча.
5. Сопровождение действий с мячом стихотворным текстом помогает сделать задание более понятным, а главное задает ритм выполнения игрового задания.

Предлагаем картотеку подвижных игр и упражнений с мячом, которые могут быть использованы в совместной деятельности с детьми с косоглазием и амблиопией и рекомендованы инструкторам по физической культуре, тифлопедагогам, воспитателям и родителям.

|  |
| --- |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «МЯЧ В КРУГУ»**  **для детей 3-4 года** |
| ***Цель. Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве, развивать фиксацию взора, активизировать прослеживающую функцию глаза.***  Дети сидят на корточках на полу, обра­зуя круг. Педагог (взрослый) дает одному из участников игры мяч-Колобок (на нем на­рисованы или приклеены глаза, нос, рот) и читает стихотворение.  **Колобок, Колобок,**  **У тебя румяный бок.**  **Ты по полу покатись**  **И Катюше (ребятам) улыбнись!**  По просьбе педагога (взрослого) («Катенька, покати мячик Диме») девочка прокатывает мячдвумя руками названному участнику. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ре­бенку, которого назвали по имени, и т.д.  **Правила:** мяч нужно отталкивать посильнее, чтобы он докатился до другого участника игры, а также подавать выкатившийся из круга мяч.  **Дозировка:** каждый ребёнок прокатывает мяч 2-3 раза. |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ПРОКАТИ И ДОГОНИ**»  **для детей 3-4 года** |
| ***Цель. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве, активизировать прослеживающую функцию глаза.***  Ребенок с мячом в руках подходит к обо­значенному месту (шнур, полоска пласты­ря, цветной кружочек) и выполняет дейст­вия в соответствии со стихотворным текс­том.  **Наш веселый, звонкий мячик** (толкает мяч двумя руками)  **Мы прокатим далеко** (смотрит, куда он покатился),  **А теперь его догоним.**(бежит за мячом, догоняет его.)  **Это сделать нам легко!** (поднимает мяч над головой: «Поймал!».)  В зависимости от диаметра мяча ребе­нок может прокатывать его одной рукой, чередуя правую и левую руку, если мяч ма­ленький (диаметром 5-8 см) или двумя ру­ками, если большой (диаметром 18-20 см).  **Правила:** ребёнок ­смотрит вперед, прежде чем катит мяч. Не бежит за мячом сразу, а дожидается речевого сигнала.  **Дозировка:** 3-4 раза. |

|  |
| --- |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «СБЕЙ КЕГЛЮ»**  **для детей 3-5 лет** |
| ***Цель. Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель (энергично отталкивать мяч в заданном направлении), развивать фиксацию взора.***  Педагог (взрослый) ставит две-три кегли на расстоянии 1-1,5 мот ребёнка дает ему большой мяч.  Ребёнок присев на корточки (наклонившись, ноги чуть шире плеч) в обозначен­ном воспитателем (взрослым) месте (цветной кружок или шнур), прокатывает мяч двумя руками вперед, стараясь сбить кегли. Затем идет за ним, поднимает и возвращается.  Педагог (взрослый) сопровождает свой показ таки­ми словами:  **Посмотри, какие кегли.** *(педагог указыва­ет на кегли.)*  **Ровно-ровно в ряд стоят!**  **К ним направим мяч умело** *(толкает мяч двумя руками)*  **И они уже лежат!** *(обращает внимание на сбитые кегли.)*  **Правила:** энергично оттал­кивать мяч двумя руками, смотреть вперед -на кегли.  **Дозировка:** 3-4 раза. |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «САЛЮТ»**  **для детей 3-4 года** |
| ***Цель. Развивать ловкость, зрительно – двигательную координацию.***  Дети берут мячи разных цветов и свободно располагаются по залу. Педагог (взрослый) вместе с деть­ми произносит:  **Это не хлопушки:**  **Выстрелили пушки.**  **Люди пляшут и поют.**  **В небе - праздничный салют!**  *(Дети подбрасывают мячи и ловят их).*  По сигналу педагог (взрослого) «Закончился салют!» дети перестают бросать мячи вверх.  **Правила:** подбрасывать мяч вверх можно только после слова «салют».  **Дозировка:** 3-4 раза.  **И.М. Вотолкина «Физкультурно - оздоровительная работа в ДОУ»** |

|  |
| --- |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ВЕСЁЛЫЕ МЯЧИ»**  **для детей 3-5 лет** |
| ***Цель. Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, зрительно – двигательную координацию.***  Дети с мячами в руках выстраиваются на исходной линии в шеренгу. Педагог произносит слова:  **Раскатились все мячи, покатились.** Дети бросают мячи из-за головы  и бегут за ними.  **Вот распрыгались мячи, разыгрались** Прыгают на двух ногах на месте  с мячами в руках.  **Наши яркие мячи, разноцветные мячи.**  **В уголок бегут мячи, убегают.** Дети бегут на исходную линию.  **Там попрятались мячи, отдыхают.** Присаживаются на корточки.  **Правила:** действовать согласно тексту стихотворения.  **Дозировка:** 3-4 раза.  **М.В. Пышненко руководитель физ. воспитания МАДОУ детский сад комбинированного вида № 196** |
| **ИГРА МАЛОЙ ПОДВИЖНОСТИ**  **«НАЙДИ И ПРОМОЛЧИ» для детей 3-4 года** |
| ***Цель: развивать ориентировку в пространстве, расширять зрительное поле.***  Дети стоят на одном конце зала лицом к воспитателю. Педагог показывает мячик и говорит, что они должны найти его. Тот кто найдет, должен подойти к педагогу, тихо сказать на ухо, где он увидел мячик, и отойти на свое место, а игра будет продолжаться до тех пор, пока все дети не найдут мячик.  Затем педагог предлагает всем повернуться лицом к стене и закрыть глаза, а сам в это время прячет мячик. По сигналу **«Готово!»** дети открывают глаза и расходятся по комнате в поисках мячика. В конце игры отмечается тот, кто первый увидел мячик, а также те дети, которые проявили наибольшую выдержку, наблюдательность, сообрази­тельность.  **Вариант:** кто первый найдёт мячик вместе с воспитателем прячет её, а дети ищут.  **Правила:** тот, кто найдет, должен подойти к воспитателю, тихо сказать на ухо, где он увидел мячик, и отойти на свое место.  **Дозировка:** 2-3 раза.  **Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3 - 4 лет»** |

|  |
| --- |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА** «**ИГРА В МЯЧ»**  **для детей 4-6 лет** |
| ***Цель. Развивать ловкость, зрительно – двигательную координацию.***  Педагог произносит слова:  **«Кач, кач, кач** Дети берут мячи и встают в круг.  **Поиграть хотим мы в мяч**  **Из корзины, где игрушки,**  **Поскорей его достань**  **И играть со всеми встань**  **Кач, кач, кач** Дети бросают мяч двумя руками  **Высоко подбросим мяч!** в верх и ловят его.  **А потом его поймаем**  **И подбросим снова ввысь.**  **Только мячик наш держись.**  **Кач, кач, кач** Дети бросают мяч двумя руками  **Мы о пол ударим мяч!**  о пол и ловят его.  **А потом его поймаем**  **И ударим снова в низ.**  **Только мячик наш держись.**  **Кач, кач, кач.**  **Утомился бедный мяч.** Дети кладут мячи в корзину.  **Закатился в уголок.**  **И тихонечко умолк»**  **Правила:** выполнять движения согласно тексту.  **Дозировка:** 2-3 раза. |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ЛОВИ – БРОСАЙ»**  **для детей 3-5 лет** |
| ***Цель. Развивать координацию движений, ловкость, фиксацию взора.***  Дети стоят по кругу, взрослый — в центре. Он перебрасывает мяч и ловит обратно, говоря: **«Лови, бросай, упасть нe давай!».**  Текст произносит не спеша, чтобы успеть поймать и бросить мяч. Расстояние постепенно увеличивается: от 1 до 2 м и более.  **Правила:** ловить мяч, не прижимая его к груди; бросать точно к педагогу двумя руками в соответствии с ритмом произносимых слов.  **Усложнение:** дети стоят в парах и перебрасывают мяч друг другу.  **Дозировка:** 30 сек.  **Е.Н.Вавилова «Учите бегать, прыгать, лазать, метать»** |

|  |  |
| --- | --- |
| **ИГРОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ШКОЛА МЯЧА»**  **для детей 4-5 лет** | |
| ***Цель. Развивать координацию движений, ловкость, прослеживающую функцию глаза.***  **«ШКОЛА МЯЧА»**  Школа мяча представляет собой систему упражнений. Упражнения подбираются простые, доступные. Дети выполняют их в определённой последовательности.  **1.** Подбросить мяч вверх и поймать его двумя руками.  **2.** Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши и затем пой­мать его.  **3.** Ударить мяч о землю и поймать его двумя руками.  **4.** Ударить мяч о землю, хлопнуть в ладоши и затем пой­мать его.  **5.** Ударить мяч о стену (или щит) и поймать его двумя рука­ми (см. рисунок)  **6.** Ударить мяч о стену, хлоп­нуть в ладоши и затем поймать его.  **7.** Ударить мяч о стену. После того как он упадет на зем­лю и отскочит, поймать его двумя руками.  **8.** Ударить мяч о стену, хлопнуть в ладоши и, когда мяч, упав на землю, отскочит, поймать его.  **Т.И. Осокина «Игры и развлечения детей**  **на воздухе»** |  |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА**  **для детей 5-6 лет** | |
| ***Цель. Развивать координацию движений, ловкость, фиксацию взора.***  **БЫСТРЫЙ МЯЧИК.**  Играющие стоят по кругу, бросают, ловят и отбивают мячи, читая стихи:  **Разноцветный быстрый мячик** Дети бросают мяч вверх и ловят.  **Без запинки скачет, скачет.**  **Часто, часто, низко, низко.** Отбивают о землю.  **От земли к руке так близко.**  **Скок и скок, скок и скок,** Бросают вверх и ловят.  **Не достанешь потолок.**  **Скок и скок, стук и стук,** Отбивают о землю.  **Не уйдешьот наших рук.**  **Правила:** бросать, отбивать и ловить мяч ритмично, в соответствии с текстом стиха.  **Дозировка:** 2-3 раза.  **Е.Н.Вавилова «Учите бегать, прыгать, лазать, метать»** | |

|  |  |
| --- | --- |
| **ИГРОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ШКОЛА МЯЧА»**  **для детей 5-6 лет** | |
| ***Цель. Развивать координацию движений, ловкость, прослеживающую функцию глаза.***  **«ШКОЛА МЯЧА»**  **Перваягруппаупражнений:**   1. Бросить мяч вверх и поймать двумя руками. 2. Бросить мяч вверх и поймать одной правой рукой. 3. Бросить мяч вверх и поймать одной левой рукой. 4. Ударить мяч о землю и поймать двумя руками (рис) 5. Ударить мяч о землю и поймать одной правой рукой. 6. Ударить мяч о землю и поймать одной левой рукой.   Если ребенок, выполняя упражнения, уронит мяч, он пере­дает его другому играющему и ждет своей очереди. Если же он выполнит все эти упражнения, то повторяет их с хлопками.  **Втораягруппаупражнений (у стены):**   1. Ударить мяч о стену и пой­мать двумя руками. 2. Ударить мяч о стену и пой­мать одной рукой. 3. Ударить мяч о стену и пой­мать одной левой рукой. 4. Ударить мяч о стену; после того как он упадет на землю и от­скочит, поймать его двумя руками. 5. Ударить мяч о стену; после того как он упадет и отскочит, пой­мать его одной правой, затем левой рукой.   Все эти упражнениямогут выполняться с хлопками. | **Т.И. Осокина «Игры и развлечения детей на воздухе»** |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ЗЕВАКА»**  **для детей 5-6 лет** | |
| ***Цель. Развивать внимание, координацию движений, ловкость, прослеживающую функцию глаза.***  Дети встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга. У одного из играющих в руках мяч. По команде педагога ребёнок начинает перебрасывать мяч, называя по имени того, кому бросает мяч. Мяч необходимо поймать. Кто уронил мяч встаёт в центр круга и вы­полняет любое упражнение с мячом.  **Правила:** мяч перебрасывается через центр круга. Если играющий при выполнении упражнения уронил мяч, ему даётся дополнитель­ное задание.  **Дозировка:** 2 – 3 мин. | |

|  |
| --- |
| **ИГРА МАЛОЙ ПОДВИЖНОСТИ « У КОГО МЯЧ »**  **для детей 6-7 лет** |
| ***Цель. Развивать внимание, ловкость, зрительно – двигательную координацию, осязание.***  Играющие образуют круг. Выбирается водящий. Он становится в центр круга, а остальные плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной.  Педагог дает кому-либо мяч (диаметр 6—8 см), и дети за спиной передают его по кругу. Водящий старается угадать, у кого мяч. Он говорит: **«Руки!»—** и тот, к кому обращаются, должен выставить вперед обе руки ладонями вверх, как бы показывая, что мяча у него нет. Если водящий угадал, он берет мяч и стано­вится в круг, а тот, у кого найден мяч, начинает водить.  **Правила:** стараться передавать мяч за спиной так, чтобы не догадался водящий; к кому обращается водящий, должен показать руки.  **Дозировка:** 2**—**3 раза.  **Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет»** |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ЛОВИШКА С МЯЧОМ»**  **для детей 6-7 лет** |
| ***Цель. Развивать скоростные качества, ориентировку в пространстве, фиксацию взора, глазомер.***  Дети стоят по кругу, передают мяч из рук в руки, произнося: **«Раз, два, три — мяч скорей бери! Четы­ре, пять, шесть — вот он, вот он здесь! Семь, восемь, девять — бросай, кто умеет».** Последний, к кому попал мяч, говорит: «Я!», выходит в середину и бросает мяч, стараясь осалить раз­бегающихся в стороны детей.  **Правила:** передавать мяч, точно согласуй движения с рит­мом произносимых слов; тот, кого запятнает мяч, пропускает одну игру; мяч бросать, целясь в ноги.  **Дозировка:** 3-4 раза.  **Е.Н.Вавилова «Учите бегать, прыгать, лазать, метать»** |

|  |
| --- |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА** «  **ПОЙМАЙ МЯЧ»**  **для детей 5-7 лет** |
| ***Цель: Развивать внимание, ловкость, зрительно-двигательную координацию.***  Дети делятся по трое. Двое из них располагают­ся друг против друга на расстоянии 3—4 м и перебрасывают мяч между собой. Третий становится между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться его рукой. Если это удается, он меняет­ся местами с тем, кто бросил мяч. Можно предложить детям перед броском выполнить какое-либо движение: бросить мяч вверх, вниз, поймать его, вести мяч на месте  и т. д.  **Правила:** начинать бросать мяч по сигналу.  **Дозировка:** 2- 3 раза.      **Э.Й. Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду».** |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА « ИГРАЙ, ИГРАЙ, МЯЧ НЕ ТЕРЯЙ!»**  **для детей 6-7 лет** |
| ***Цель. Развивать внимание, ловкость, зрительно – двигательную координацию****.*  Дети располагаются на пло­щадке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору: бросает вверх и о землю, отбивает мяч на месте и в движении; бросает мяч в стену, в корзину. После сигнала педагога все должны быстро поднять мяч вверх.  **Правила:** играть с мячом, не мешая товарищам, находить свободное место на площадке; не успевший по сигналу поднять мяч получает штрафное очко.  **Дозировка:** 2-3 мин.  **Е.Н.Вавилова «Учите бегать, прыгать, лазать, метать»** |

|  |
| --- |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА « ОХОТНИКИ И ЗВЕРИ»**  **для детей 6-7 лет** |
| ***Цель. Развивать скоростные качества, ориентировку в пространстве, глазомер.***  На площадке (в спортзале) обозначается круг. Играющие делятся на две команды: «охотники» и «звери». Звери становятся в круг, а охотники распределяются за кругом. У одного из охотников мяч. По сигналу охотники «стреляют» - бросают мяч в зверей (в ноги детей). Звери, находящиеся в кругу увёртываются от мяча (отходят в сторону, подпрыгивают и т.д.). Охотники ловят мяч и продолжают бросать его в зверей. По сигналу охота прекращается и подсчитывается количество пойманных зверей. Затем команды меняются местами.  **Правила:** те звери, кого «подстрелили», отходят в сторону.  **Дозировка:** 4 раза.  **А.И. Фомина «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду»** |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «У КОГО МЕНЬШЕ МЯЧЕЙ»**  **для детей 6-7 лет** |
| ***Цель. Развивать внимание, ловкость, зрительно-двигательную координацию, прослеживающую функцию глаза.***  Играющие делятся на две команды. Команды размещаются на разных сторонах площадки. Посередине площадки натягивается сетка или шнур. У каждого играющего в руках мяч. По сигналу педагога дети перебрасывают мячи правой и левой рукой через сетку или шнур. После второго сигнала прекращается перебрасывание мячей и подсчитывается количество мячей у обеих команд. У кого меньше мячей, та команда победила.  **Правила:** перебрасывать мячи через верх шнура, после сигнала закончить перебрасывать мячи.  **Дозировка:** 4 раза.  **А.И. Фомина «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду»** |

|  |
| --- |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА**  «  **СТОЙ!»**  **для детей 6-7 лет** |
| ***Цель. Развивать внимание, ориентировку в пространстве, зрительно-двигательную координацию.***  Играющие становятся в круг. Водящий выходит в середину круга с малым мячом. Он подбрасы­вает мяч вверх (или ударяет им сильно о землю) и называет чьё-либо имя. Ребенок, которого назвали, бежит за мячом, остальные разбегаются в разные стороны. Как только назван­ный ребенок возьмет в руки мяч, он кричит: **«Стой!».** Все играющие должны остановиться и стоять неподвижно там, где их за­стала команда. Водящий старается попасть мячом в кого-ни­будь. Тот, в кого бросают мяч, может увертываться, приседать, подпрыгивать, не сходя с места. Если водящий промахнется, то бежит за мячом опять, а все разбегаются. Взяв мяч, водящий снова кричит: «Стой!» — и старается осалить кого-либо из играющих. Осаленный становится новым водящим, игра про­должается.  **Правила:** тот, в кого бросают мяч, должен увертываться, приседать, подпрыгивать, не сходя с места.  **Дозировка:** 1- 2 мин.  **А.И. Фомина «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду»** |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА**  **« КОГО НАЗВАЛИ, ТОТ И ЛОВИТ МЯЧ» для детей 6-7 лет** |
| ***Цель. Развивать внимание, ориентировку в пространстве, зрительно – двигательную координацию.***  Дети холят или бегают по площад­ке. Педагог держит в руках мяч. Он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Названный должен поймать мяч и сно­ва бросить его вверх, назвав имя кого-нибудь из детей. Бросать мяч надо не слитком высоко и в направлении ребенка, имя которого называют.  **Правила:** слушать сигнал.  **Дозировка:** 2-3 мин.  **Э.Й. Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду».** |

|  |
| --- |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА**  «  **МЯЧ ВЕДУЩЕМУ» для детей 6-7 лет** |
| ***Цель. Развивать внимание, прослеживающую функцию глаза.***  Дети делятся на 2—3групп, каждая образует свой круг диаметром 4—5 м. В центре каждого круга-ведущий с мячом. Посигналу педагога ведущие по очередно бросают мяч своим игрокам,стараясь не уронить,и получают его обратно.  Когда мяч обойдет всех игроков круга, ведущий поднимает его вверх. Побеждает команда, меньшее количество раз уронившая мяч.  **Правила:** начинать бросать мяч по сигналу.  **Дозировка:** 2- 3 раза.  **Э.Й. Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду».** |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА**  **«МЯЧ ВДОГОНКУ» для детей 6-7 лет** |
| ***Цель. Развивать внимание, ловкость, глазомер.***  Дети становятся по кругу. Педагог даёт двум детям, стоящим в разных местах, по мячу. Затем он говорит: «Мяч вдогонку!» — и дети одновременно начинают передавать их товарищам. Если один мяч догонит другой, т. е. оба окажутся в руках одного ребенка, то он на некоторое время выходит из игры. Педагог дает мячи другим детям, и игра продолжается.  **Правила:** мяч передают по сигналу, не пропуская игроков.  **Дозировка:**2- 3 раза.    **Э.Й. Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду».** |

|  |
| --- |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА**  «  **МЯЧ ВОДЯЩЕМУ» для детей 6-7 лет** |
| ***Цель. Развивать внимание, ловкость, глазомер.***  На земле проводятся двелинии на расстоянии 1,5м одна от другой. За одну из них в колонну по одному становятся играющие (5 - 6человек). За другую линию, напротив них, становится водящий. Он бросает мяч ребенку,  стоящему в колонне первым; тот, поймав мяч, возвращает его водящему и перебегает в конец колонны. В это время второй ребенок продвигается к линии и повторяет те же движения. Если ребенок, стоящий в колонне, не поймал мяч, водящий бро­сает ему мяч еще раз, пока он не поймает его. Когда все дети бросят мяч, выбирается новый водящий.  Игру можно провести с элементом соревнования. В этом случае удобно играющим стать в две колонны и выбрать двух водящих. Успех зависит от умения детей бросать и ловить мяч. Если играющий роняет мяч, водящий бросает его повторно, но из – за этого колонна теряет время и может проиграть.  **Правила:** начинать бросать мяч по сигналу.  **Дозировка:** 2- 3 раза.  **Э.Й. Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду».** |
| **ПОДВИЖНАЯ ИГРА**  **«ПЕРЕДАЛ - САДИСЬ» для детей 6-7 лет** |
| ***Цель. Развивать внимание, ловкость, глазомер.***  Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает капитана. Команды становятся в колонны за ли­нией старта. Капитан каждой команды с мячом в руках становится напротив своей команды на расстоянии 1,5 - 2м от нее.  По сигналу педагога капитан передает мяч первому игроку колонны, который ловит его, передаёт обратно капитану и приседает. Капитан таким же образом передает мяч второму, затем— третьему и всем остальным игрокам. Каждый игрок пос­ле передачи мяча капитану приседает. Когда мяч передан капита­ну последним игроком, капитан поднимает мяч вверх над головой ився команда быстро встает. Выигрывает та команда, которая раньшевыполнила задание. Если игрок не поймал мяч, то он обязан за нимсбегать, вернуться на свое место и передать мяч капитану.  **Правила:** начинать бросать мяч по сигналу.  **Дозировка:** 2- 3 раза.  **Э.Й. Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду».** |

М. Пышненко, руководитель физического воспитания высшей категории,

Л. Крылова, учитель-дефектолог высшей категории МАДОУ детский сад комбинированного вида № 196, г. Хабаровск, Хабаровский край