

Нарушение осанки - частый спутник многих хронических заболеваний.

основой профилактики и лечения нарушений осан­ки является общая тренировка организма ребёнка.

В ЗАДАЧИ ИГР ВХОДЯТ: УКРЕПЛЕНИЕ ОПОРНО - ДВИГАТЕЛЬНОГО

АППАРАТА, УСИЛЕНИЕ МЫШЕЧНОГО «КОРСЕТА» ПОЗВОНОЧНИКА,УЛУЧШЕНИЕ ФУНКЦИЙ ДЫХАНИЯ, СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ.

**СХОДИМ К МИШКЕ В ГОСТИ.**

*РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ, БЫСТРОТЫ РЕАКЦИИ И ДВИЖЕНИЙ,*

*ЧУВСТВА РАВНОВЕСИЯДСООРДИНАЦИИ ЗРИТЕЛЬНОГО И СЛУХО­ВОГО АНАЛИЗАТОРОВ, УСТОЙЧИВОГО ВНИМАНИЯ.*

Гимнастическая стенка, доска длиной 1.5—2м или горка во дворе, мягкая игрушка - медведь, стул.

Посадив игрушку-медведя на высокий кубик и сделав горку из длин­ной ДОСКИДОЛОЖЕННОЙ НА ГИМНАСТИЧЕСКУЮ СТЕНКУ ЗЕДУЩИЙ ГОВОРИТ:

Маша (имя ребёнка) и Егорка

Часто ходят к мишке с горки.

Ребёнок входит на горку (можно на игровой площадке во дворе использовать горку .только надо быть внимательным и помогать ребёнку взобраться на высоту

ОКОЛО МЕТРА),ЗАТЕМ СБЕГАЕТ С НЕЁ И ПОДБЕГАЕТ К МИШКЕ ГЛАДИТ ЕГО И САДИТ­СЯ ОТДОХНУТЬ. ВЕДУЩЕМУ НЕОБХОДИМО ВНИМАТЕЛЬНО СЛЕДИТЬ ЗА ОСАНКОЙ РЕБЁНКА.



**Плоскостопие чаще всего встречается у слабых, физически плохо развитых детей. Это отрицательно сказывается на осанке и общем состоянии ребёнка. Поэтому игры подобраны таким образом, чтобы упраж­нения укрепляли связочно - мышечный аппарат голени и стопы, способствовали общему оздоровлению орга­низма и воспитанию навыка правильной ходьбы (не разводя носков).**

**ВОРОБЬИ.**

Формирование навыка в прыжках координация движений, укрепление связочно-мышечного аппарата стоп.

внимание! Если плоскостопие ярко выражено, то прыжки нужно исключить.

Ведущий предлагает понаблюдать за воробьями на улице: объясняет, что воробьи не ходят, а только прыгают и летают. Затем предлагает ребёнку поиграть в «воробьев». Ведущий дер­жит ребёнка под мышки, а позже—за плечи (лицом к себе). А когда ребёнок освоит подпрыгивания, ведущий держит ребён­ка за одну руку и прыгает вместе с ним.



*У ДЕТЕЙ* ***ПОСЛЕ ПЕРЕНЕСЁННЫХ ИНФЕКЦИЙ МОГУТ ДЛИТЕЛЬНОЕ ВРЕМЯ ОСТАВАТЬСЯ НАРУШЕНИЯ НЕРВНОЙ*** *СИСТЕМЫ,* ***ОБЩЕЕ ИСТОЩЕНИЕ, ОСЛАБЛЕНИЕ ОРГАНИЗМА,*** *СНИЖЕНИЕ* ***ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ТОНУСА.***

***НА*** *ФОНЕ* ***ЩАДЯЩЕГО РЕЖИМА ДНЯ ПРАВИЛЬНО ПОДОБ­РАННЫЕ ИГРЫ ПОМОГУТ РЕБЁНКУ ОБРЕСТИ УВЕРЕННОСТЬ В*** *СЕБЕ, УЛУЧШАТ* ***ЕГО ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ.***

**НАЙДИ СВОЙ ЦВЕТ**

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ ЗРИТЕЛЬНОГО, СЛУХОВОГО И МОТОР­НОГО АНАЛИЗАТОРОВ, ТРЕНИРОВКА ПОДВИЖНОСТИ НЕРВНЫХ ПРОЦЕССОВ, УМЕНИЕ ОРИЕНТИРОВАТЬСЯ В ПРОСТРАНСТВЕ И РАЗЛИЧАТЬ ЦВЕТА, ПОВЫШЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ТОНУСА.

Несколько флажков и жетонов разных цветов.

*Ведущий разбивает играющих на число групп, соответствующее*

*числу флажков. Каждому игроку вручается жетон цвета своей группы. в углах комнаты расставляются стулья с флажками « своего» цвета.*

*После слов ведущего «Идите гулять! » дети расходятся по площадке*

*(комнате). По команде « найди свой цвет! » дети собираются возле то­го флажка, который соответствует цвету их жетонов, и называют свой*

*ЦВЕТ.*

