

## ***Интересные игры с мячом вместе с детьми.***

Уважаемые родители, безусловно летняя пора прекрасное время весело отдохнуть вместе с детьми. У вас есть небольшая площадка или зал? Найдите мячик и вы сможете развлечь ваших детей различными играми с мячом. Даже самым маленьким будет очень весело и интересно!

### **Игры с мячом способствуют развитию детей**

Развивающие способности игр с мячом для детей дошкольного возраста очень разнообразны. Катящийся предмет заставляет их находиться в постоянном движении, а это тренирует сердце и улучшает кровообращение. Взаимодействие с мячом позволяет развивать моторику: чувство равновесия, координацию движений, реакцию и концентрацию.

С другой стороны, игры в мяч поддерживают и социальную адаптацию. Групповые игры всегда означают, что партнеры должны взаимодействовать, считаться друг с другом, делить с другими мяч. Кроме того, во время групповой игры обычно составляются правила, которых должны придерживаться все участники.

### **Откройте для себя мяч**

Дайте вашему ребенку время, чтобы он вдоволь наигрался с мячом в одиночестве. Он будет пинать мяч, наступать на него и бросать его в стену, а потом снова ловить. Футбольные фанаты готовы играть с любым мячом, который попадет им под ноги. Так как мяч относится к самым непредсказуемым игровым предметам, который, кажется, живет своей жизнью, детям потребуется достаточно много времени, чтобы освоить многообразные движения, которые можно выполнять с мячом. Все, что вам потребуется, — достаточно места и небольшой детский мячи.

Предлагаю вашему вниманию, на мой взгляд интересные игры с мячом.

## ***Штандер-Стоп.***

Для игры необходима компания от 3-х человек и мячик.

Существует несколько вариантов и названий игры: Штандер, Хали-холо, Стоп-коли-кола, Машина ехала-ехала... (есть и другая игра с таким же названием)

**Правила игры:** Штандер-Стоп.

### ***Вариант 1***

С помощью считалочки выбирается водящий, остальные игроки образуют круг. Центр круга желательно обозначить мелом. Водящий берет мяч и встает в центр круга. Расстояние от центра круга до остальных игроков должно быть один-два шага. Водящий подкидывает мячик высоко вверх и называет имя любого игрока из круга. Названный игрок должен попытаться поймать мяч. Если ему это удалось, игрок становится новым водящим, а бывший водящий занимает его место в кругу. Если игрок не успел поймать мячик и он упал, коснувшись земли, все игроки разбегаются в разные стороны до тех пор пока игрок не поднимет мячик и не крикнет «Штандер!» или просто «Стоп!». После этого все игроки замирают, и игрок, вернувшись в центр круга, должен попасть мячом в любого игрока. Если ему это удалось, осаленный игрок становится новым водящим, если он ни в кого не попал, он водит снова.

### ***Вариант 2 (с шагами)***

Начало игры как в Варианте 1.

После того как все игроки разбежались, а водящий поднял мяч, он возвращается в центр круга, выбирает одного из игроков и пытается угадать сколько шагов ему нужно сделать, чтобы осалить выбранного игрока. Шаги могут быть разными: гигантские шаги (максимально длинный шаг на весь размах ноги) обычные шаги (обычные средние шаги) лилипутские шаги (шажок, при котором пятка одной ноги ставится вплотную к носку другой) верблюжий шаг (игрок плюет и передвигается на место плевка) зонтик (шаг с поворотом на 360 градусов) муравьиные шаги (шаги на носочках, одна нога ставится сразу же перед другой) утиные шаги (шаги утиным шагом, встав на четвереньки) лягушка (один шаг — один прыжок из положения сидя)

Обычно набирается несколько вариантов шагов.

Например:

«До Пети 4 гигантских шага, 7 лилипутских, 1 верблюжий, 3 зонтика и 5 утиных шага».

После того, как условие задано, водящий начинает делать эти шаги, остальные игроки следят за честностью выполнения и громко считают.

После того, как все шаги пройдены, водящий пытается коснуться рукой до игрока (в некоторых вариантах докинуть мяч).

При этом водящий мог наклоняться вперед, пытаясь дотронуться до игрока и приговаривая: «Можно и березкой гнуться, лишь бы только дотянуться».

Если это получилось, игрок становится новым водящим, если нет, водящий остается прежний.

### **«Рыбы, птицы, звери».**

Игра очень проста и не требует специальной подготовки игроков.

Игроки становятся в круг, а водящий — в его центре. Водящий бросает участникам мяч, произнося одно из слов: «**Рыба**», «**птица**» или «**зверь**». Участник должен назвать соответствующее животное, не повторяясь и бросить мяч обратно. Тот, кто не сказал, ошибся или повторился, выбывает из круга. Последний, оставшийся становится победителем. В этом варианте игры можно обойтись без водящего. В таком случае игроки просто бросают мяч друг другу.

### **«Горячая картошка»**

Все встают в круг и начинают по очереди перекидывать мяч друг другу, можно при этом кричать: «Горячо».

Один игрок кидает, другой должен поймать мяч. Тот, кто не поймал, считается «наказанным» и садится на четвереньки в центр круга — «котел». Игроки могут выручать «сидящих» в котле и возвращать их в игру. Для этого нужно кинуть мяч в центр и попасть в «наказанных» игроков.

Все, кого коснулся мячик, возвращаются в игру. «Наказанные» игроки могут сами себя «спасти». Для этого им нужно не вставая с четверенек поймать летящий над ними мяч. При этом нельзя вставать в полный рост, можно только поднимать руки или попытаться подпрыгнуть на четвереньках.

Если кому-то из них это удалось, все игроки из центра встают в круг, а игрок, кидавший мяч, садится в центр.

### **«Десяточки»**

Для игры нужны: высокая глухая стена, как минимум, двое игроков и мяч. Каждому игроку предстоит пройти 10 «ступеней», каждая «ступень» - это определенное задание, которое необходимо выполнить. Причём остальные могут мешать игроку, который сейчас выполняет задание: смешить его, что-то спрашивать, делать вид, что сейчас отнимут мяч и т.д.

Задания могут быть следующими:

1. Подбросить и отбить прямой ладонью мяч об стену один раз.
2. Два раза отбить мяч об стену сложенными вместе кулаками (можно сцепить руки так: ладонью одной руки обхватить сжатый кулак другой руки).
3. Ударить мяч об стену три раза, сложив ладони лодочкой.
4. Бросить мяч об стену так, чтобы он отскочил от нее на землю, с отскока от земли поймать мяч и снова бросить им об стену. Прodelать это 4 раза.
5. Стоя спиной к стене, бросить мяч между ног, быстро повернуться и поймать его в руки после удара о стену. Прodelать это 5 раз.
6. Стоя лицом к стене, бросить мяч сзади между ногами об землю так, чтобы он отскочил к стене, ударился о стену, и затем поймать его в руки. Прodelать это 6 раз.

- 7.** Стоя лицом к стене, бросить мяч из-под левой ноги так, чтобы он ударился о стену, с отскока от стены поймать мяч руками. Прodelать это 7 раз.
- 8.** Стоя лицом к стене, бросить мяч из-под правой ноги так, чтобы он ударился о стену, с отскока от стены поймать мяч руками. Прodelать это 8 раз.
- 9.** Девять раз бросить мяч об стену, отбивая его ладонями снизу.
- 10.** Десять раз подряд ударить мячом об стену, отбивая его, как в волейболе.

Выполнять все задания следует по порядку.

Выполнивший задание игрок переходит на следующую «ступень». Как только игрок роняет мяч, ошибается, смеётся или что-то говорит, ход переходит к следующему игроку, а ему потом надо будет начинать с того этапа, на котором он остановился.

Выигрывает тот, кто быстрее всех пройдет все «ступени».

Надеюсь, вы будете использовать рекомендованные игры с мячом и в дружной компании и в индивидуальных играх со своими детьми. Веселых физкультурных развлечений. Будьте здоровы.