

таны, в руках у них по мячу. По сигналу капитаны передают мяч по кругу игрокам своей команды, то есть через одного. Мяч должен как можно быстрее вернуться к капитану.

Методические указания. Можно условиться и передавать мяч три



раза по кругу. Если мячи столкнулись, игру продолжают с этого момента.

«Эстафета с обручем»

Цель: развитие внимания и точности движений.

Количество игроков – 10 человек.

Инвентарь: обручи.

Инструкция. Играющие образуют круг по пять человек, они выстраиваются шеренгами друг против друга. Расстояние между игроками в командах 1,2-2 шага. Первому (капитану) в каждой команде дают

обруч. По свистку капитаны пропускают обруч сверху вниз через себя, опускают его, а затем передают соседнему игроку. Тот делает то же самое, передает третьему и т.д.



Методические указания.

Игра длится до тех пор, пока обруч не вернется к капитану.

Выигрывает команда, которая быстрее закончила игру и не совершила ошибок.

Игра проводится 3-4 раза.



Катайский
Реабилитационный
ЦЕНТР для детей и подростков
с ограниченными возможностями



ФОНД
ПОДДЕРЖКИ
ДЕТЕЙ
находящихся
в трудной
жизненной
ситуации

Проект по АФК
«Всем полезно,
без сомнения, всё, что
связано с движением»



Серия «В игры играем
- ребенка развиваем»
(подвижные игры)

Воспитатель Воротникова Е.А
г.Катайск

«Узнай по голосу»

Цель: развитие слуха и умения ориентироваться в пространстве.

Количество игроков – 5-20 человек.

Инструкция. Игра проводится в спортзале или на игровой площадке. Все играющие, взявшись за руки, образуют круг, водящий стоит в



центре. Игроки по сигналу водящего начинают двигаться по кругу вправо (влево), приговаривая:

Мы немножко порезвились,
По местам все разместились.
Ты загадку отгадай,
Кто назвал тебя, узнай.

С последними словами все останавливаются, и игрок, до которого во время движения по кругу водящий дотронулся рукой, называет его по имени изменённым голосом, так, чтобы тот его не узнал. Если водящий узнает игрока, они меня-

ются ролями, если же он ошибся, то продолжает водить.

Вариант: водящий должен узнать голос своей мамы.

Методические указания.

Во время игры следует соблюдать полную тишину.

Водящий с остатком зрения или нормально видящий должны закрыть глаза или надеть повязку.

«Солнышко»

Цель: развитие быстроты и точности движений. Играют не менее 15 человек.

Инвентарь: эстафетные палочки или теннисные мячи.

Инструкция. В центре начерчен круг. Все играющие де-

лятся на пять команд и выстраиваются боком к центру круга. Получается своеобразное солнышко с лучами. Каждый луч – команда. Игроки, первые от центра круга, держат в руках эстафетные палочки. По сигналу



они бегут по кругу и передают эстафету игроку, стоящему теперь первым в своей команде. Прибежавший встает в шеренгу на место ближе к центру.

Когда начавши игру окажется с краю и получит эстафетную палочку, он поднимает ее, показывая, что команда закончила игру.



Методические указания.

Во время бега запрещается касаться стоящих игроков, мешать совершающим перебежки. За нарушение правил начисляются штрафные очки.

«Мяч по кругу»

Цель: развитие внимания и точности движений.

Количество игроков – 5-15 человек.

Инвентарь: волейбольный мяч.

Инструкция. Играющие образуют круг и рассчитываются на первый-второй. Первые номера – одна команда, вторые номера – другая. Два рядом стоящих игрока – капи-