

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
деятельности по художественно-эстетическому развитию детей
№69 «Брусничка»
городского округа «город Якутск»**

Подвижные игры для детей с ОВЗ

**Разработала: Инструктор по ФК
Пономарева Я.В**

Предисловие

Подвижная игра активизирует все системы организма: кровообращение, дыхание, зрение, слух, она приносит ребенку положительные эмоции. Все это вместе взятое и позволяет говорить об оздоровительном эффекте подвижных игр. Для ребенка с нарушением в развитии крайне важно, из каких двигательных действий состоит игра, с какой интенсивностью (напряженностью) она проводится, как отвечает на полученную нагрузку организм. Поэтому при подборе игр необходимо учитывать характер и глубину дефекта, реальные двигательные возможности ребенка и его индивидуальную реакцию на физическую нагрузку. Важно, чтобы величина нагрузки была доступной для ребенка и не вызывала у него перенапряжения. Содержание и дозировка нагрузки должны предусматривать постепенность усложнения игр, чередование их по направленности, интенсивности и продолжительности, что стимулирует постоянный интерес к игровой деятельности.

«Зоопарк»

Цель: развитие воображения, раскованности в движениях.

Количество игроков – 4-20 человек.

Инструкция. Все участники по очереди показывают движения, характерные для задуманного ими по условиям игры животного. Остальные пытаются отгадать. Затем участники объединяются в подгруппы по 2-3 человека. Ведущий, указывая на любую подгруппу, дает название животного. Участники, не сговариваясь, вместе изображают одно названное животное. Далее подгруппа также может изобразить какое-либо животное, а другие участники отгадывают – какое.

Методические указания. Игру можно повторять несколько раз.

«Попробуй повторить»

Цель: развитие слуховой памяти, четкости речи.

Количество игроков может быть любым.

Инструкция. Ведущий предлагает повторить за ним скороговорки, количество слов в которых постепенно увеличивается:

- Дарья дарит Дине дыню.
- Чащи чаще в нашей пуще, в нашей пуще чащи гуще.
- В ночи не кирпичи лопочут на печи. Лопочут на печи в опаре калачи.
- Кукушка кукушонку купила капюшон, кукушонок в капюшоне был очень смешон.
- Шел Саша по шоссе, нес сушки в мешке. Сушку – Грише, сушку – Мише. Есть сушки – Проше, Васюше и Антоше. Есть две сушки – Нюше и Петруше.

«Догоняй мяч»

Цель: развитие внимания, точности и согласованности движений.

Количество игроков – 10-12 детей.

Инвентарь: два озвученных мяча.

Инструкция. Игра проводится на игровой площадке. Все играющие образуют круг. Двум играющим, стоящим в кругу через 3-4 игрока друг от друга, выдается по мячу. По сигналу водящего играющие стараются как можно быстрее передавать мячи игроку справа, с тем, чтобы один мяч догнал другой. Когда это произойдет, игра начинается снова.

Методические указания.

Мячи можно только передавать, но не бросать.

Количество мячей можно увеличивать.

Передача мяча осуществляется на уровне пояса или груди.

«ЛУЧШИЙ НОС»

Цель: развитие обоняния.

Количество игроков может быть любым.

Инвентарь: несколько одинаковых пакетиков с разными пахучими веществами: апельсиновыми корками, кусочками яблока, чесноком, сыром, перцем, луком (очищенным), кусочком лимона и т.п.

Инструкция. Нужно предложить детям обнюхивать один пакет за другим на небольшом расстоянии. Кто даст больше правильных ответов, тот и победил.

Методические указания. Игру можно повторять 2-3 раза.

«Веревоочка»

Цель: развитие воображения, фантазии, мелкой моторики, координационных способностей.

Количество игроков – 10-12 человек.

Инвентарь: скакалка или веревочка не менее 1,5 метров в длину.

Инструкция. Каждому игроку ведущий раздает по веревке и дает команде задание – «нарисовать» определенную фигуру, например: лесенку, змейку, человечка, домик, кораблик, елочку и т.п. Выигрывает команда, наиболее точно изобразившая заданное.

Методические указания. Нагрузку можно увеличить, если проводить игру в виде эстафеты с передвижениями от места старта к месту «рисования».

«Метание мешочков»

Цель: развитие меткости, координации движений, силы мышц конечностей и туловища.

Количество игроков может быть любым.

Инвентарь: мешочки с песком, обруч (веревка).

Инструкция. Дети становятся в круг. В центре круга лежит обруч (веревка в форме круга). В руках у детей мешочки. После того как ведущий произносит: «Бросай!», все дети бросают свои мешочки. Ведущий отмечает, чей мешочек упал точно в круг. Задание повторяется 10 раз. Выигрывает тот у кого больше точных попаданий.

«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 делятся 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.

«Поймай мяч»

Цель: развитие внимания, памяти, приобретение навыков в бросках и ловле мяча.

Количество играющих может быть любым.

Инвентарь: один мяч среднего размера.

Инструкция. Играющие располагаются по кругу. Водящий находится в центре. Подбрасывая вверх мяч, он называет имя игрока. Названный игрок должен поймать мяч. Если он поймал его, то возвращается на свое место, если же не поймал, то меняется местом с водящим. Побеждает тот, кто меньше всех бал водящим.

Методические указания.

От количества участников, стоящих в кругу, зависит темп игры.

Если играющие не знакомы, то до начала игры их нужно представить друг другу: каждый по очереди называет свое имя, а вся группа хором его повторяет.

Играющие могут свободно передвигаться по кругу.