



Современные дети много времени проводят в гаджетах и даже на улице часто сидят, уставившись в смартфоны.

Многие подвижные игры уходят в прошлое, а ведь это не только весёлое времяпровождение, но и отличный способ развить ловкость, скорость и точность, не говоря уж о социальных навыках.

Вот несколько игр с мячом, которым вы можете научить своего ребёнка. Какие-то из них подойдут для дома, другие станут отличным способом развлечься во время прогулок на площадке или поездки на природу.

1. Всем знакомая игра **«Съедобное-несъедобное»**. Эта игра подойдёт как для малышей 3–4 лет, так и для более взрослых детей. В первом случае можно

использовать простые и знакомые блюда вроде каши, супа или хлеба, во втором — попробовать более сложные названия, например, профитроли, рубай или артишоки.

2. **«Домашний боулинг»**. Ещё одна игра для детей любого возраста. Для неё можно использовать мячик любого размера. На полу выстраивается препятствие, например, башня из кубиков или несколько пустых пластиковых бутылок. Затем игроки по очереди пытаются сбить предметы с заданного расстояния.

3. **«Вышибалы сидя»** подойдет для детей среднего возраста. Игроки садятся на пол, образуя достаточно широкий круг, а водящий опускается посередине. Дети перекидывают мяч, пытаясь попасть по человеку в центре, а он уворачивается любыми способами. Тот, кому удаётся его задеть, переходит в середину и становится водящим. Если уворачиваться сложно, можно задать правило — не бросать мяч, а катить его по полу, как в боулинге.

4. В игре **«Кто кем был»** один игрок бросает другому мяч, одновременно называя какой-либо

предмет или живое существо. Второй человек должен поймать мяч и без заминки ответить на вопрос. Например, курица была цыплёнком или яйцом, корова — телёнком, стекло — песком. Если игрок не знает ответа, то становится водящим и сам задаёт вопрос.

5. **«Рифмы»**. Один игрок бросает другому мяч и одновременно называет любое слово на свой выбор. Второй должен поймать мяч, как можно быстрее назвать рифму и бросить следующему.

6. **«Я знаю пять...»** для детей старшего дошкольного возраста. Игрок говорит: «Я знаю пять имён девочек» и начинает отбивать мяч ладонью об пол, сопровождая каждый удар новым именем. Когда названы все, мяч переходит к другому ребёнку, и он выполняет то же самое, не повторяясь. Далее даётся следующее — например, пять имён мальчиков, деревьев, птиц, домашних или диких животных, марок машин, сказочных героев и так далее.

7. **«Школа мяча» (на улице)**. Эту игру можно проводить как с резиновым детским мячом, так и с

теннисным. Последний вариант сложнее и подойдёт для более взрослых детей.

Игроки придумывают различные задания с возрастающей сложностью, например:

*Подбросить мяч вверх и поймать его.*

*Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши и поймать.*

*Бросить мяч об пол и поймать.*

*Ударить мячом об пол, хлопнуть в ладоши и поймать.*

*Ударить мячом об стену и поймать его одной рукой.*

*Ударить мячом об стену, обернуться вокруг себя и поймать.*

*Ударить мячом об пол и поймать его с закрытыми глазами.*

*Бросить мяч в стену, дать ему удариться о землю и поймать.*

*Бросить мяч в стену, стоя к ней спиной, дать мячу удариться о землю и затем поймать.*

*Перепрыгивать через отскочивший мяч.*

*Бросать мяч из-под ноги, из-за головы, сидя на корточках.*

#### **8. «Стенка» (на улице).**

Игроки становятся в колонну напротив стены. Лучше выбрать

глухую, без окон. Первый в колонне игрок бросает мяч повыше — так, чтобы он ударился о стену и отскочил, после чего отбегает и встаёт последним.

Следующий за ним человек должен поймать мяч и повторить действие. Кто не успел — выбывает из игры.

#### **9. «Лягушка» (на улице).**

Дети выстраиваются в колонну напротив стены. Сначала на ней определяют линию, выше которой нужно кидать мяч, — например, по уровню плитки, какой-то отметины или подоконника.

Первый игрок кидает мяч в стену, а после того, как он ударяется об землю, перепрыгивает через него, расставив ноги в стороны. Если всё получилось, ребёнок уходит в конец очереди, а если прыжок не удался или мяч задел ногу — выбывает из игры. Следом включается игрок, стоящий позади него, и выполняет те же действия.

Подготовила воспитатель Долгачева Л.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №26  
муниципального образования  
Тимашевский район

## **Поиграем всей семьей**



## **Игры с мячом**

ст. Медведовская  
2023г.