



«Семейные игры дома»

Игра «Мяч по кругу»

Игра проводится в семейном кругу или с друзьями. Участники встают в большой круг. Один из участников держит в руках мяч. Звучит музыка, и мяч начинают передавать по кругу из рук в руки. Музыка останавливается – мяч перестают передавать. Музыка звучит снова – мяч начинают передавать по кругу, но в другую сторону. Усложнение: Добавляется второй мяч и игра проводится уже с двумя мячами.

Игра «Кто больше соберёт мячей»

Взрослые стоят на месте, опустившись на колени, ребенок по команде (1,2,3 – начали) начинает собирать мячи и нести их взрослому. Задача взрослого – удержать в руках как можно больше мячей. Мячи можно удерживать только руками. Запрещается поддерживать ногами. В конце игры взрослый подсчитывают количество мячей.

Игра «Школа мяча»

Взрослый и ребенок занимают любое место в помещении (так, чтобы всем было свободно и удобно). Взрослый показывает упражнения, ребенок смотрит и повторяет самостоятельно. Отработка навыка бросков.

1 упражнение – «Перебрось – поймай». Перебрасывание мяча друг другу стоя напротив. Способ – руками снизу.

2 упражнение — «Перебрось – поймай». Перебрасывание мяча друг другу с ударом об пол, стоя напротив. Способ – от груди.

Игра «Детский волейбол»

В помещении натягивается верёвка (резинка). С одной стороны встает ребенок, с другой взрослый. Ребёнок перебрасывает мяч через верёвку взрослому (способ – руками снизу). Взрослый ловит мяч и прокатывает его обратно ребёнку под верёвкой. Затем, взрослый перебрасывает мяч ребёнку, а тот прокатывают его обратно.

В данные игры можно играть дома, либо с друзьями на прогулке.