**10 простых игр с мячом для детей старшего дошкольного возраста**

Мяч – это самая любимая игрушка большинства детей. Мы предлагаем вам 10 игр с мячом, которые позволяют детям вдоволь пошуметь и повеселиться, и при этом способствуют развитию моторики в процессе игры. Еще одно преимущество мяча: не для всех игр обязательно нужны партнеры.

Развиваем моторику у детей с помощью игры с мячом

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 попадется 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 мячик.

**10 игр с мячом для детей дошкольного возраста**

1. Попади в цель

Кидать мячом в какую-то цель скучно, особенно если попасть в нее никак не получается. Оживить игру можно, выбрав необычные цели или оригинальные мячи.

Поставьте в вашей квартире, например, возле входной двери горшок, миску, ведро, мусорную корзину, корзину для белья или большой игрушечный грузовик с прицепом. У кого получится забросить мячик в корзину? Спустя некоторое время вы можете понемногу увеличивать дистанцию.

Поставьте пустые бутылки, жестяные банки или, например, книги. У кого получится прокатить мяч с трехметрового расстояния так, чтобы он заставил предметы упасть?

У кого получится попасть снежком в табличку с названием улицы?

Поставьте несколько ваз рядом друг с другом. Кто сможет забросить небольшой мячик или шарик для настольного тенниса в вазу? Если хотите, можете приклеить на вазы таблички с очками в зависимости от их размера. Тот, кто наберет наибольшее количество очков, выигрывает в этом соревновании.

Повесьте колокольчик на ветку во дворе. Кто попадет в колокольчик?

Очень оригинальными метательными снарядами могут стать скомканные газеты или скрученные в узелок носки.

2. Эстафета с мячом

Существует великое множество вариантов эстафет с мячом.

Встать в ряд или в круг в положении ноги врозь. Дети должны передавать друг другу мяч между ногами.

Снова встать в ряд или в круг в положении ноги на ширине плеч. Прокатить мяч по "туннелю" из широко расставленных ног.

Дети становятся в ряд или в круг и передают друг другу мяч через голову.

Семья садится в широкий круг, ноги направлены в центр круга. А теперь все должны передавать друг другу мяч ногами.

3. Мяч на лестнице

Для этой игры детям понадобится лестница. Они бросают мяч на первую ступеньку и ловят его. Спускаются на одну ступеньку и повторяют действие. Тот, кто ошибется и упустит мяч, начинает сначала.

4. Мяч и полотенце

Для этой игры вам понадобится полотенце и как минимум два игрока. Оба игрока хватают полотенце за концы, на натянутое полотенце кладется мяч. Они должны подбрасывать мяч в воздух при помощи полотенца, а затем ловить его обратно. Если игра спорится, можно попросить две пары детишек перекидывать мяч друг другу.

5. Обман

Дети становятся в круг, руки за спину. Один ребенок с мячом становится в центр круга. Он кидает мяч одному из стоящих, и тот должен вытянуть руки вперед, чтобы поймать мяч. Однако ведущий может сделать обманный выпад. И тот, кто вытянет руки вперед, меняется с ним местами.

6. Чудеса ловли мячей

Один или несколько детей становятся рядом друг с другом на стартовую линию. Цель в зависимости от пожеланий может находиться в нескольких метрах позади них. Перед детьми становится ведущий, который кидает им по очереди мяч. Тот, кто поймает мяч, и бросит его обратно ведущему, может сделать шаг назад. Тот, кто уронит мяч, остается стоять на прежнем месте. Ведущий не меняет свое положение, соответственно, расстояние между ним и детьми постоянно увеличивается. Тот, кто первый дойдет до цели, становится ведущим.

7. Дальний бросок

Ребенок становится прямо перед стеной дома. Он бросает мяч и ловит его. Затем отступает на шаг и снова бросает. Действие необходимо повторять до тех пор, пока мяч поймать не удастся. Неплохо будет усложнить игру и попросить ребенка, чтобы он перед тем, как поймать мяч, хлопал в ладоши.

8. Попади мячом в цель

Перед стеной дома начертите мелком на земле круги. Они должны находиться на расстоянии примерно три метра от стены дома. Ребенок кидает мяч в стену так, чтобы он при приземлении попал в один из кругов.

9. Свободный мяч

Дети становятся в круг, ноги на ширине плеч так, чтобы ступни соприкасались со ступнями соседа. Ведущий стоит в центре круга и пытается бросить мяч между широко расставленными ногами. Дети должны любыми способами, помогая себе и руками и ногами, не позволить мячу выкатиться из круга. Тот, кто упустит мячик, становится ведущим.

10. Горячий мяч

Дети рассаживаются на полу в широкий круг и перекатывают мяч друг другу. В центре круга сидит ребенок и уворачивается от мяча, потому что он "горячий". Но ему разрешается только ползать. Если в ребенка, который находится в центре, попадут мячом, он садится в круг рядом с другими ребятами, а в центр отправляется следующий. Вы также можете сыграть в таком положении в "сидячий" футбол.