

В этом выпуске:

игры с мячом

**Газета для родителей "Растем здоровыми"№4**

 

Подготовила: инструктор пофизической культуре МАДОУ г.Нижневартовска ДС №68 "Ромашка"

Чепелева Н.А.

***Для развития физических способностей детей использумем задания в соответствии с возрастными возможностями детей.***

**Дети 2-3 лет**

* покатайте с ребенком мячи и шары в определенном направлении (друг другу, между предметами и с попаданием в них) на расстояние до 1,5м.
* учите подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками;
* покажите ребенку, как бросить мяч (шишку, маленький мячик) в горизонтальную цель (обруч, коробку, корзинку) двумя руками или одной рукой (правой и левой)
* попробуйте с ребенком метать мячик в вертикальную цель (мишень на стене)



**Дети 3-4 лет**

* покатайте с ребенком мяч между предметами (ножки стула, кегли, деревья);
* бросайте мяч друг другу и ловите его
* учите боросать мяч о землю и вверх 2-3 раза подряд, стараясь поймать его;
* ловите мяч после удара о стенку;
* метайте мяч в вертикальную цель (высота мушени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5м)



**Дети 4-5 лет**

* учите ребенка отбивать мяч о землю;
* бросайте мяч друг другу снизу, из-за головы и ловите его (расстояние 1,5 м);
* метайте в горизонтальную цкль с расстояния 2-2,5 м. правой и левой рукой;
* метайте маленький мяч вдаль .

**Дети 5-6 лет**

* учите бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд;
* покажите как перебрасывать мяч из одной руки в другую;
* покажите ребенку как подбрасывать и ловить мяч с хлопками;
* учите отбивать мяч о землю на месте и продвигаясь вперед шагом;
* метайте в горизонтальую и вертикальную цели с расстояния 3-4 м.



**Дети 6-7 лет**

* учите бросать мяч вверх и ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд; то же с хлопками, поворотами вокруг себя;
* покажите как бросать мяч в цель из разных исходных положений (стоя на коленях, сидя и др.);
* перебрасывайте мяч друг другу: снизу, из- за головы (расстояние 3м) из положения сидя по - турецки;
* метайте вдаль ;
* метайте в горизонтальую и вертикальную цели с расстояния 4-5 м.

По материалам журнала "Здоровье дошкольника"