**«Оздоровительно-развивающие игры при плоскостопии»**

**Цель:**  дать практические навыки организации специальных игр для закрепления навыков правильной установки стоп и напря­жения мышц стопы и пальцев в различных исходных положе­ниях.

**КАРАКАТИЦА**

**Соревновательная игра**

**Цель.** Быстро пробежать этап, перекатывая стопами гим­настическую палку.

**Инвентарь**. Деревянные или пластмассовые гимнастиче­ские палки.

**Содержание игры**. Участники делятся на две команды, каждый участник принимает положение седа на ягодицах, ноги вперед, согнуты в коленях, руки в упоре сзади. Игроки вы­страиваются в колонну, которую завершает капитан. По сигна­лу воспитателя «Марш!» ребенок, опираясь на кисти и пятки, начинает движение до поворота, разворачивается и возвраща­ется обратно, не прекращая стопами перекатывать гимнастиче­скую палку. Передав эстафету своему другу по команде, ребе­нок встает за последним участником команды.

Правила. Выигрывает команда, капитан которой первым заканчивает игру. Игра повторяется 2 раза с музыкальным со­провождением или без него.

**Несоревновательная игра**

**Цель.** Совместная работа, взаимопомощь и удовольствие.

**Инвентарь.** Платочки из газовой ткани.

**Содержание игры**. Все участники, лежа на животе, пальцами стоп удерживают разноцветные легкие платочки. Под звуки музыки каракатицы плавают, не теряя платочков. По сигналу воспитателя «Опасность!» игроки переворачивают­ся на спину, принимая положение седа, и бегом ножками впе­ред прячутся в ущелье.

**Правила.** Игрок (игроки), потерявший платочек, подни­мает его пальцами стоп, ложится на спину. В это время игроки из ущелья замыкают его в круг ножками наружу. Все вместе машут платочками, отгоняя нападающего. Игра повторяется несколько раз.

**ЭСКАДРОН РЕБЯТ ПРЫГУЧИХ**

**Соревновательная игра**

**Цель.** Быстро проскакать на хопе.

**Инвентарь.** Мячи для прыжков с ручками — хопы.

**Содержание игры**. Участники де­лятся на две команды и выстраиваются в колонну перед линией старта. Первый участ­ник сидит на хопе. По сигналу воспитате­ля игрок начинает прыгать до отметки, оги­бает ее и возвращается обратно, передав хопп другу по команде.

**Правила.** Выигрывает команда, участ­ники которой первыми завершают дистан­цию.

Для индивидуальных соревнований возможно несколько ва­риантов: 1) все участники на хопах выстраиваются в шеренгу на стартовой линии и по сигналу начинают прыжки; выигрывает участник, первым пересекший финишную линию; 2) игроки де­лятся на три-четыре команды и выполняют прыжки на хоппах; затем победители каждого этапа разыгрывают первое место.

**Несоревновательная игра**

**Цель.** Подпрыгивать одновременно всем игрокам.

**Инвентарь.** Мячи для прыжков с ручками — хоппы.

**Содержание игры.** Все дети выстраиваются в колонну или шеренгу в центре зала парами. Первые два участника, взявшись за руки, стоят на линии старта. По сигналу воспита­теля они начинают прыгать по отмеченной линии (дуге). При­близившись к колонне, они забирают следующую пару участ­ников и продолжают прыгать, и так до тех пор, пока все уча­стники не объединятся в общий большой прыгающий круг.

**Правила.** Если кто-то из участников не может продол­жать прыжки, звучит сигнал, по которому дети прыгают на месте, до тех пор пока участнику, потерявшему равновесие, не окажут помощь.

**ДРУЖНЫЕ ПАЛЬЧИКИ**

**Соревновательная игра**

**Цель.** Быстро переложить карандаши в обруч.

**Инвентарь.** Карандаши и обручи.

Содержание игры. Участники де­лятся на две команды. Для каждой команды разложены два-три обруча. Вокруг обруча располагаются четыре участника. Перед об­ручами на расстоянии 1—2 м разложены четыре лоточка с десятью карандашами в каж­дом. По сигналу игроки берут пальцами стоп каждой ноги по карандашу, быстро доходят до обруча, опускают в него карандаши и бегом возвращаются к оставшимся. Если игрок в движении теряет карандаш, он оста­навливается, подбирает его и продолжает движение. Заполнив обруч карандашами, дети поднимают руку.

**Правила.** Выигрывает команда, игроки которой первыми завершают перенос карандашей. **Индивидуальный вариант игры:** все дети сидят на стульях, перед каждым лоточек, справа и слева от которого находится по восемь-десять карандашей. По сигналу надо быстро переложить карандаши каждой ногой в лоток. Учитывается как общее время, так и время выполнения работы каждой ногой. Побеждает ребенок, затративший на выполнение задания наименьшее количество времени.

**Несоревновательная игра**

**Цель.** Удержать и не потерять шарф. Возможно дополни­тельное название «Канатный мостик».

**Инвентарь**. Шарф.

**Содержание игры**. Участники парами, держась за руки, выстраиваются перед извилистой дорожкой, созданной из прямоугольных модулей. У детей, стоящих справа по на­правлению движения, в правой руке и пальцах стопы длинный шарф; то же у детей, стоящих слева. По сигналу воспитателя дети идут по канатному мосту над пропастью, а для того что­бы не упасть, помогают и поддерживают друг друга. Идти надо медленно, не выпуская шарф из пальцев стопы. Спустившись с моста, дети скручивают его соответственно в правую и левую стороны.

Правила. В результате, когда последний участник прохо­дит над пропастью, дети образуют два больших круга. Игра способствует развитию заботы о другом человеке.

**Несоревновательная игра**

**Цель.** Двигаться по обручу, касаясь его только серединой стопы.

**Инвентарь.** Обручи.

**Содержание игры**. По залу разложены обручи. Участ­ники игры по четыре-шесть человек стоят серединой стопы на обруче, спиной в центр. Под музыку дети приставными шагами идут по кругу, стараясь пальцами и пяткой не касаться пола. Руки и туловище выполняют плавные движения, напоминаю­щие движение травы под водой. По сигналу «Вода уходит!» дети поворачиваются лицом в центр обруча, берутся за руки, приседают, лбом касаясь коленей.

**Правила.** Игра повторяется 2 раза — спиной в центр и спиной наружу.