

Коррекционно- развивающие подвижные игры

для детей с
умственной
отсталостью



«Рычи, лев, рычи»



Направленность:

Снижение психоэмоционального напряжения, снятие агрессивности, закрепление произношения звука «р», активизация голосовых связок, имитация движений, воображение, развитие мелкой моторики рук, расслабление.

Содержание игры. Ведущий говорит играющим: «Мы все львы, целая львиная семья. Давайте узнаем, кто из львов рычит громче всех. Как только я скажу: "Рычи, лев, рычи", — каждый из вас должен встать в угрожающую стойку льва с выпущенными когтями и как можно громче рычать "р-р-р-р"». После игры все дети падают от усталости на маты и отдыхают в непринужденных позах.



«Робот»



Направленность:

Внимание, ориентировка в пространстве без зрительного контроля знание основных направлений движения, способность дифференцировать команды и двигательные действия на слух.

Инвентарь: повязка на глаза.



Содержание игры: На глаза ведущего надевается повязка — он робот, а дети заранее договариваются, в какое место он должен прийти и какие задания выполнить по пути (сесть на скамейку, взять обруч, найти и бросить мяч и т.п.). Дети, давая команды «Вперед», «Назад», «Вправо», «Влево», «Стой», «Наклонись, возьми мяч», «3 шага вперед» и т.д., должны привести робота к цели. Вариант усложнения: — то же задание, но выполняют его два «робота», взявшись за руки.

«Говорящий мяч»

Направленность:

Дифференцировка усилий при бросках и ловле мяча разного объема и веса, расширение активного словаря, развитие внимания при следящих движениях, активизация мышления

Инвентарь: мяч (волейбольный, набивной, теннисный).

Содержание игры: Дети стоят в шеренге. Ведущий бросает мяч каждому игроку по порядку и называет любую букву. Ребенок, поймав мяч, приседает с ним, а поднимаясь и возвращая мяч ведущему, называет слово, начинающееся с этой буквы. Например, «А» — «Арбуз». Варианты усложнения: — ведущий бросает разные мячи; — ведущий, бросая мяч, говорит слово, а ребенок, возвращая мяч, называет другое слово на ту же букву; — ведущий называет слово, а ребенок — словосочетание или предложение. Например, «Ворона» — «Ворона сидит на дереве»; — ведущий называет цифру, а ребенок — цифры-соседи. Например, «3», нужно назвать «2» и «4»



«Фокусник»

Направленность:

Развитие мелкой моторики пальцев рук, быстроты реакции, закрепление навыка порядкового счета, кратковременной памяти, формирование осанки.

Инвентарь: ленты длиной не менее 1 м по количеству играющих.

Содержание игры: Дети стоят парами, одной рукой держа партнера за руку, другой — за уголок ленту. По команде ведущего все вместе начинают считать по порядку цифры: 1, 2, 3 и тд., стараясь как можно быстрее спрятать ленту в кулак. Тот, кто собрал ленту в кулак, поднимает руку и запоминает цифру. Победителем считается тот, кто быстрее спрятал ленту и правильно запомнил цифру.
Варианты усложнения: — увеличить длину ленты; — вместо ленты взять лист бумаги размером в половину газетного листа.



«Воробушки и кот»

Направленность:

Совершенствование техники знакомых движений при отвлекающем отслеживании действий другого объекта, распределение внимания, развитие выразительности имитационных движений, быстроты двигательной реакции, периферического зрения.

Инвентарь: обручи.

Содержание игры: «Воробушки» ставят свои домики (обручи) в пределах игровой площадки, где они ходят на носочках, машут крылышками, клюют зернышки, пьют водичку и т.п. За игровой площадкой ходит «кот», который мяукает, показывает коготки, угрожая «воробушкам». По команде ведущего: «Воробушки, полетели!» — дети выбегают из своих домиков, резвятся, прыгают, купаются, чирикают. По команде ведущего: «Кот идет!» — воробушки прячутся в домики, а кот старается их поймать. Пойманный меняется местами с котом, и игра продолжается.



«Собери слово»

Направленность: Развитие сообразительности, быстроты реакции и движений, мелкой моторики пальцев рук, комбинаторики, приобретение навыков совместных действий, способность воспроизведения прямолинейных движений в беге.

Инвентарь: наборы карточек с буквами: 1) «д», «а», «ш», «а»; 2) «м», «а», «ш», «а»; два вертикальных стенда.

Содержание игр: Игра проводится в виде эстафеты. Каждая команда получает по равноценному набору букв, из которых сообща составляет слово; относит свой набор карточек к вертикальному стенду, где для каждой буквы есть крючок. По сигналу первый игрок каждой команды бежит к стенду по начерченной линии, вывешивает первую букву слова на стенд и возвращается назад, второй игрок вывешивает вторую букву и т.д. Выигрывает команда, первой «написавшая» свое слово.

«Дунем раз...»

Направленность:

Развитие дыхательной мускулатуры, активизация выдоха, расширение словаря и ритмичности звукопроизношения, развитие способности управлять силой дыхательных движений для перемещения шарика заданном направлении координация движений и дыхания.

Инвентарь: мячи для настольного тенниса по количеству участников.

Содержание игры: Дети делятся на две команды, у каждого мяч для настольного тенниса. С линии старта первые в колоннах игроки ползут на четвереньках и, дуя на мяч стараются докатить его до стены (или линии, находящейся в 6—8 м от линии старта). В это время остальные игроки говорят хором: «Дунем раз, дунем два, дунем три, докатили до стены». Докатив шарик до стены, первые игроки бегом возвращаются к команде. Вторые, а затем третьи делают то же. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету. Вариант усложнения: — теннисный шарик нужно прокатить между ориентирами (кеглями, набивными мячами).



«Обгони»

Направленность: Развитие силы всех мышечных групп, быстроты реакции на стартовый сигнал, общая координация, равновесие и согласованность действий партнеров

Инвентарь: санки с веревкой, лыжные палки (по количеству команд).

Содержание игры. Дети делятся на команды по 3 человека в каждой. Один садится на санки, двое других по сигналу, взявшись за веревку, везут его вперед, огибают ориентир (лыжную палку) и возвращаются к линии старта. Команда, закончившая первой, получает одно очко, вторая — два, третья — три. Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в роли сидящего в санках. Выигрывает команда, которая наберет за три «поездки» меньшее количество очков



«Снежная баба»

Направленность: Развитие мелкой моторики, согласованности движений с действиями партнеров и коллективных действий, способность управлять усилием, направлением и амплитудой движений, развитие пространственной ориентации, фантазии и творчества.

Инвентарь: ведро, морковка, угли

Содержание игры. Дети делятся на команды по 2—3 человека, включая одного взрослого, и получают задание, в течение 10 мин скатать снежный ком возможно большей величины. Команды сами выбирают место, где легче выполнить задание. Выигрывает команда, скатавшая самый большой снежный шар. Затем все вместе с помощью взрослых лепят снежную бабу, украшая ее шляпой (ведром), носом (морковкой), глазами (угольками) и т.п. Варианты усложнения: — самостоятельное выполнение задания, без участия взрослых.

«Сиа́мские близнецы»

Направленность:

Развитие ловкости, согласованности действий с партнером при ограниченных двигательных возможностях, дифференцировка усилий при перемещении, быстроты реакции, точности движений мелкой моторики, воспитание ответственности, дисциплины, доверия к партнеру.

Инвентарь: цветные ленты, поролоновые кубы.

Содержание игры: Дети делятся на пары, встают плечом к плечу, обнимают одной рукой друг друга за пояс, «внутренние» ноги ставят вплотную одну к другой и обвязывают их выше коленей цветной лентой. Теперь они «сиамские близнецы». Игра проводится в виде эстафеты. В каждой команде от двух и более пар «сиамских близнецов». По команде первые пары каждой команды в позе «сиамских близнецов» добегают до ориентира (стойка, стена, дерево), касаются его и бегут назад; после этого стартует вторая пара и т.д. Побеждает команда, закончившая эстафету первой. Варианты усложнения: — добежав до ориентира, «сиамские близнецы» строят дом из поролоновых кубов того же цвета, что и их ленточка; — добежав до ориентира, «сиамские близнецы» устанавливают там кегли, вторая пара их забирает, третья снова устанавливает и т.д.



«Лохматый пес»

Направленность:

Развитие быстроты реакции, внимания, координации элементарных движений, ловкость увертывания, активизация речевой деятельности, ритмичность движений, заданная речитативом, развитие скоростных качеств, акцентированное внимание на сохранении правильной осанки, профилактика плоскостопия.

Содержание игры. В определенном месте (на скамейке, внутри обруча) сидит на корточках (руки под щеку) спящий «пес». Дети из своего дома с противоположной стороны (на носочках, руки на пояс, плечи расправлены, спина прямая), крадучись, двигаются по направлению к «псу», хором тихо приговаривая: Вот сидит лохматый пес, В лапы свой уткнувши нос, Тихо, мирно он сидит, Не то дремлет, не то спит Подойдем к нему, разбудим.. И посмотрим: что же будет? С последними словами дети вплотную подходят к «псу», хлопают в ладоши и быстро убегают в свой дом, а «пес» их ловит. Пойманный становится «псом». Варианты усложнения: — при большой группе играющих может быть увеличено количество «псов»; — вместо ходьбы на носочках могут быть использованы другие упражнения.

