*Приложение №2*

***Игры на профилактику и коррекцию нарушений осанки.***

«Роботы»

*Цель игры:* развивать чувство правильной позы; укреплять мышечный «корсет» позвоночника.

*Ход игры.*

Ведущий объявляет конкурс на лучшего «робота» - того, кто правильно выполнит задание ведущего.

* подойти к стенке без плинтуса и принять правильную осанку. Руки опущены. Затылок, ягодицы, пятки плотно касаются стены. Голова удерживается прямо, взгляд устремлен вперед, губы сомкнуты, плечи слегка опущены, на одном уровне, лопатки сведены; передняя поверхность грудной клетки развернута, живот слегка подтянут, ягодицы напряжены, колени выпрямлены;
* скользя по стене тыльной стороной кистей, слегка поднять руки, пальцы разведены и напряжены;
* в этой позе отойти на 3-4 шага вперед от стены (поза напряженная), руки свободно опустить, но все туловище и голову держать прямо (будто «аршин проглотил);
* пройти 1-2 раза по комнате, сохраняя правильную осанку.

Выигрывает игрок, лучше всех выполнивший все задания.

«Пакет»

*Цель игры:* развивать внимание, быстроту реакции на сигнал; обучать удерживанию головы в правильном положении; закрепление навыков счета.

*Ход игры.*

В зале две линии, за линиями цифры: с одной стороны - четные; с другой – нечетные. Каждый игрок получает свой номер и занимает свое место («дом»). «Почтальон» быстро идет между «домами» и отдает игроку «пакет» с соответствующим номером, при этом говорит: «Вам пакет!». Игрок должен ответить: «Спасибо!» и принять стойку «смирно».

Выигрывает тот игрок, который всю игру сохранял правильную осанку.

«Авиасалон»

*Цель игры:* развивать глазомер, координацию движений крупных и мелких групп мышц, ловкость.

*Ход игры.*

Сделав заранее самолетики из бумаги, дети встают в шеренгу и по команде ведущего бросают их.

Побеждает тот, кто бросил самолетик дальше всех (*дается три попытки, засчитывается лучшая попытка)*

«Волшебные слова»

*Цель игры:* развивать координацию движений, память, чувство равновесия.

*Ход игры.*

Игроки идут по кругу или врассыпную и выполняют определенные упражнения: на слово «земля» встают на колени, опустив руки и голову; «лес» - останавливаются и отставляют опущенные руки от туловища, приняв правильную осанку; на слово «небо» останавливаются и поднимают руки вверх, соединяя их над головой.

Игрок, сделавший ошибку выходит из игры; играющие делятся на две команды. В течение игры темп движения постепенно наращивается.

«Юные балерины и танцоры»

*Цель игры:* развивать координацию движения, чувство равновесия.

*Ход игры.*

Игрок, стоя на левой ноге, сгибает правую ногу. Отводит ее назад и захватывает носок правой рукой. Левая держится за спинку стула.

Выигрывает тот игрок, который выполнил задание лучше всех.

«Перейди через речку»

*Цель игры:* развивать чувство правильной позы при передвижении.

*Ход игры.*

Игроки по очереди:

* проходят по гимнастической скамейке;
* пробегают по гимнастической скамейке;
* проходят по скамейке с мешочком на голове.

Ведущий следит за осанкой и смыканием губ. Отмечает правильно выполнивших задание.