

# Адаптивные спортивные настольные игры



## Что же такое адаптивные спортивные настольные игры?

**Игра** -самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку. Во все времена игры успешно использовали в процессе обучения и воспитания, физического развития. Среди широкого разнообразия игр в формировании разносторонне развитой личности ребенка спортивным играм отводится особая роль.Если для здоровых детей спорт – это обычная потребность, то для детей с ОВЗ – физические упражнения жизненно необходимы, так как это ключ к физической, социальной и психической адаптации.

Наряду с физическими упражнениями, всё большую популярность набирают адаптивные настольные спортивные игры,оказывающие влияние на двигательное, интеллектуальное и эмоциональное развитие детей с нарушением интеллекта. Название говорит само за себя, **«адаптироваться» – означает «приспособиться», то есть отличием адаптивных игр является то, что они позволяют каждому ребёнку, независимо от его психофизического развития, испытывать свои силы в этом виде спорта.**

## Общие критерии адаптивных настольных спортивных игр:

- **Влияние на нервно-психическое развитие.** Игры вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы, формируют волю, сообразительность, смелость, быстроту реакций.
- **Развитие физических качеств.** Игры развивают быстроту, ловкость, координацию движений, выносливость.
- **Индивидуальный стиль игры.** Каждый игрок может выбрать и сформировать индивидуальный стиль, соответствующий темпераменту, особенностям личности, физическим возможностям, арсеналу освоенных технических приёмов.
- **Игровой интеллект.** Для любого стиля игры важны обоснованные тактические действия, ведущие к результативной игре.
- **Универсальность.** Настольные спортивные игры могут проводиться как в помещении, так и на открытом воздухе.

## Джак-бовл

Установите ворота и на расстоянии от 3 м до 5 м от них начертите линию старта. Игра происходит по очереди, то есть каждый игрок должен забросить все 10 шаров один за другим в калитки, стараясь конечно попасть в те, которые дадут наибольшее количество очков.

Шары, не попавшие в калитки, не приносят игроку очков, но можно следующим ударом постараться забить этот шар в калитку. Победителем в игре станет тот, кто наберет наибольшее количество очков.



# Галактика

Цель игры - первым избавиться от своих шаров.

Каждому игроку выдается по 4 шара с отверстиями и по 1 шпалке. Жребием определяется первый играющий, затем ходят по очереди по часовой стрелке.

Задача игрока с помощью шпалки положить свой шар на подвешенные в центре игры большие шары. Нужно быть максимально осторожным, чтобы не уронить ни один из шаров.

Если все-таки вы уронили один или несколько шаров, вам придется их забрать себе. Игрок, первым избавившийся от всех своих шаров, побеждает в игре.



# Шаффлборд

Цель игры – каждый из игроков поочередно направляет все свои четыре биты таким образом, чтобы они, скользя по поверхности доски, достигли зоны с наивысшими очками и не упали с края стола с желоб.



## Кольцеброс Геральд

Старинная соревновательная игра, проверяющая вашу меткость, ловкость и точность движений.

Устроена просто: есть 10 колец и цель, на которую их накидывают.

Кто попадет – тот молодец, а победитель определяется по количеству очков.

Количество игроков не ограничено.



## Эластик

**Эластик** — это игра, развивающая мелкую моторику, внимание, быстроту реакции. Это динамичная настольная игра для двух игроков.

**Цель игры** — как можно быстрее отправить все свои фишки через центральное отверстие на сторону соперника, используя эластичную резинку.

Игровое поле устанавливается на ровной поверхности.

Каждый игрок получает набор фишек и располагает их на своей половине поля.

Игроки начинают одновременно удары эластичной резинкой.

Игроки тянут фишки назад эластичной резинкой и отпускают, чтобы отправить их через центральное отверстие.

Разрешается использовать одну руку для стрельбы фишками.

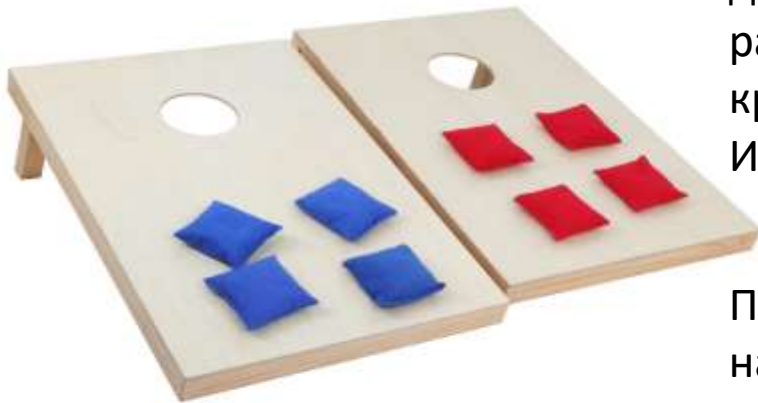
Игра продолжается до тех пор, пока один из игроков не отправит все свои фишки на сторону соперника.

Побеждает тот, кто первым освободит свою половину поля от фишек.



# Корнхол

Игра развивает чувство пространства и времени, аналитические способности, умение распределить мышечные усилия и скоординировать работу корпуса и рук.



**Цель игры** - попасть мешочками в отверстие на специальной игровой доске. Метание мешочков происходит с расстояния 7 метров от нижнего края игровой доски до точки броска. Игрок бросает 4 мешочков.

Попадание в отверстие – 3 очка. Попадание на игровое поле – 1 очко. В зачет идет сумма набранных очков. Максимальная сумма – 24 очка.

## Керлинг стандарт

**Цель игры:** набрать больше очков чем ваш соперник.

Камни доставляются поочередно, пока не будут сыграны все восемь камней.

По завершению каждого конца команда получает одно очко за каждый камень, который находится ближе к кнопке (центру колец), чем самый близкий к кнопке камень противоположной команды. Только те камни, которые находятся внутри или касаются колец – победитель раунда.



**Спасибо за внимание!**