Министерство Просвещения российской Федерации

Министерство образования Кировской области

Управление образования Малмыжского района

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение средняя образовательная школа имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова с.Калинино Малмыжского района

Утверждено

Директор школы

-----------------------

Л.М.Кулакова

Приказ №51-О

от 01.09.2023г.

**Рабочая программа курса**

**«Подвижные игры»**

**для обучающихся 2 класса**

**Составили: учителя начальных классов**

**Васильева Т.В., Гарифуллина Л.М.**

с.Калинино, 2023

**Пояснительнаязаписка**

Программапокурсувнеурочнойдеятельности«Подвижныеигры»1-4классразработанавсоответствии с:

* ФедеральнымЗакономРФ«ОбобразованиивРоссийскойФедерации»от29.12.2012

№273-ФЗ;

* Федеральными требованиями к образовательным учреждениям в части минимальнойоснащенностиучебногопроцесса(приказМинобрнаукиРоссииот04.10.2010№986«Обутверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальнойоснащенностиучебногопроцессаи оборудованияучебных помещений»);
* Федеральнымгосударственнымобразовательнымстандартомначальногообщегообразования (приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении вдействиефедеральногогосударственногообразовательногостандартаначальногообщегообразования»);
* Наосновепримернойпрограммывнеурочногокурса, авторскаяпрограмма –

«Подвижныеигры»БаскаеваЕ.А,2013г.

Ориентировананацелевыеприоритеты,сформулированныевфедеральнойрабочейпрограммевоспитания,утвержденнойприказом№412от31августа2023года.

# Воспитательный потенциал программы

Тематическоепланирование составленосучетомсодержанияпрограммывоспитаниявобласти:

# Гражданскоговоспитания:

* развитиевдетскойсредеответственности,принциповколлективизма;
* формированиеактивнойгражданскойпозиции,гражданскойответственности,основаннойнатрадиционныхкультурных, духовных инравственныхценностях;
* формированиеприверженностиидеямдружбы,равенства,взаимопомощи;
* формированиестабильнойсистемынравственностиисмысловыхустановокличности,противостоящихдискриминациипосоциальным,национальнымпризнакамидругимсоциальнымявлениям;
* формированиесистемынравственныхисмысловых установокличности.

# Патриотическоговоспитания:

* формированиепатриотизма,чувствогордостизасвоюРодину;
* развитиеуваженияктакимсимволамгосударства,какгерб,флаг,гимнРоссийскойФедерации,кисторическимсимволами памятникамОтечества;

# Духовно–нравственноговоспитания:

* оказание помощидетямввыработкемоделейповедениявразличныхтрудныхжизненныхситуациях,втомчислепроблемных, стрессовыхиконфликтных;
* развитиеуобучающихсянравственныхчувств(чести,долга,справедливости,милосердияидружелюбия);
* формированиевыраженнойвповедениинравственнойпозиции,втомчислеспособностик сознательномувыборудобра;
* развитиесопереживанияиформированияпозитивногоотношенияклюдям;
* содействияформированиюудетейпозитивныхжизненныхориентировипланов.

# Эстетическоговоспитания:

* приобщениек уникальномуроссийскомукультурномунаследию;
* воспитаниеуваженияккультуре,языкам;
* приобщениекклассическимисовременнымвысокохудожественнымотечественнымимировымпроизведениямискусстваи литературы;
* сохранение,поддержкаиразвитиеэтническихкультурныхтрадицийинародноготворчества.

# Физическоевоспитание

* формированиеответственногоотношенияксвоемуздоровьюипотребностивздоровомобразежизни;
* формированиесистемымотивациикактивномуиздоровомуобразужизни,занятиямфизическойкультуройиспортом, развитиекультурыздоровогопитания;

# Трудовоговоспитания:

* развитиенавыковсовместнойработы,уменияработатьсамостоятельно;
* развитиенавыковсовместнойработы,уменияработатьсамостоятельно,мобилизуянеобходимыересурсы, правильнооцениваясмысли последствиясвоихдействий.
* содействиепрофессиональномусамоопределению,приобщениекзначимойдеятельностидляосмысленного выборапрофессии.

# Экологическоговоспитания:

* Развитие экологическойкультуры, бережногоотношения к роднойземле.

.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Раздел** | **Количествочасовво2классе**  **рабочейпрограммы(1-4классы)** | **Количество часов вкалендарно-тематическомпланировании** |
| **Русские народныеигры** | **5** | **4** |

Программакурсавнеурочнойдеятельностипоспортивно-оздоровительномунаправлению«Подвижныеигры»можетрассматриватьсякакоднаизступенейкформированиюздоровогообразажизниинеотъемлемойчастьювсеговоспитательно-образовательногопроцессавшколе.Даннаяпрограмманаправленанаформирование,сохранениеиукрепления здоровьямладшихшкольников.

Подвижнаяигра-осмысленнаядеятельность,направленнаянадостижениеконкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Подвижная игра — одноизважныхсредстввсестороннеговоспитаниядетей.Характернаяееособенность—комплексностьвоздействиянаорганизминавсестороныличностиребенка:вигреодновременноосуществляетсяфизическое,умственное,нравственное,эстетическоеитрудовоевоспитание.

Активнаядвигательнаядеятельностьигровогохарактераивызываемыееюположительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшаютработу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучаютдетейцелесообразноиспользоватьприобретенныедвигательныенавыки.Вподвижных

играхсоздаютсянаиболееблагоприятныеусловиядляразвитияфизическихкачеств.Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни итежедвижения, незамечаяусталости.

Игрыпомогаютребенкурасширятьиуглублятьсвоипредставленияобокружающейдействительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, детипрактически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явленияхприроды, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаютсявозможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игрыявляютсятрадиционнымсредствомпедагогики.Испоконвековвнихяркоотражалсяобраз жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости,мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотойдвижений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю истремление к победе.Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий,коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора;движения точныи образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми илюбимымимладшимишкольникамисчиталками,жеребьѐвками,потешками.Онисохраняютсвоюхудожественнуюпрелесть,эстетическоезначениеисоставляютценнейшийнеповторимый игровой фольклор.

# ОБЩАЯХАРАКТЕРИСТИКАКУРСАВНЕУРОЧНОЙДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**«ПОДВИЖНЫЕИГРЫ»**

Программа «Подвижные игры» имеет спортивно-оздоровительную направленность.Данная программа служит для организации внеурочной деятельности младшихшкольников.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребѐнка, источник радостных эмоций,обладающийвеликой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх яркоотражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве,желаниеобладатьсилой,ловкостью,выносливостью,быстротойикрасотойдвижений.

Проявлятьсмекалку,выдержку,творческуювыдумку,находчивость,волю,стремлениекпобеде.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физическоговоспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительноеотношениеккультурероднойстраны,создаютсяэмоциональноположительнаяоснова

для развития патриотических чувств: любви к Родине, еѐ культуре и наследию. Это одиниз главных и основополагающих факторов детского физического развития. Подвижныеигры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечнойактивности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости,активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательныйхарактер, тем самым настраивая ребѐнка на позитивное восприятие мира, на получениеположительныхэмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступныдетям.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребѐнка. Он начинает играть до того, какнаучитьсявыполнятьхотябы простейшиетрудовыепроцессы.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние нарост,развитиеиукреплениекостно-связочногоаппарата,мышечнойсистемы,на

формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретаютподвижныеигры,вовлекающиевразнообразную,преимущественнодинамическую,

работуразличныекрупныеимелкиемышцытела.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжѐннойумственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышци тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры,посвоемусодержаниюиформеочень просты,естественны,понятныидоступны

восприятиюивыполнению.

Виграх занимающиесяупражняютсявходьбе,прыжках,метанииинезаметнодлясамихсебяовладевают навыкомосновныхдвижений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленновладетьсвоимтелом всоответствии сзадачейиправиламиигры.

Приобретѐнный двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создаютнеобходимыепредпосылкидляпоследующейспортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретѐнные умения, качества, навыкиповторяютсяисовершенствуютсявбыстроизменяющихсяусловиях.

Содержаниеигробогащаетпредставлениеиактивизируетнаблюдательность,мышлениеивнимание,развиваетпамять, сообразительностьи воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определѐнных задач, выполнениемопределѐнных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий.Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность,настойчивостьв достижении цели,верувсвои силы.

**Формапроведениязанятий:**Курсвнеурочнойдеятельности«Подвижныеигры»рассчитан на один академический час в неделю.Обучение предусматривает групповуюформузанятий в классесучителем(секция).

# ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕИГРЫ»

**Цель программы**- Создание наиболее благоприятныхусловий для формированияу младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главныхпутейвдостиженииуспеха.

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительномунаправлению«Подвижныеигры»соответствуютцелямизадачамосновнойобразовательнойпрограммы,реализуемойвМБОУСОШ №47г.Белгорода.

**Цельюреализации**основнойобразовательнойпрограммыначальногообщегообразования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускникомначальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков икомпетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственнымипотребностями и возможностями ребѐнка младшего школьного возраста, индивидуальнымиособенностямиегоразвитияи состоянияздоровья.

ВсоответствиисФГОСнаступениначальногообщегообразованиярешаютсяследующие**задачи**:

* + становлениеосновгражданскойидентичностиимировоззренияобучающихся;
  + формирование основ умения учиться и способности к организации своейдеятельности: принимать,сохранять целии следоватьимвучебнойдеятельности,планироватьсвоюдеятельность,осуществлятьееконтрольиоценку,взаимодействоватьспедагогоми сверстникамив учебномпроцессе;
  + духовно-нравственноеразвитиеивоспитаниеобучающихся,предусматривающеепринятиеимиморальныхнорм,нравственныхустановок,национальныхценностей;
  + укреплениефизическогоидуховногоздоровьяобучающихся.

**Материально – техническое обеспечение программы**: мячи, скакалки, обручи,гимнастическиепалки,кегли,ракетки,канат,гимнастическиескамейки,стенки,маты.**Методическоеобеспечениепрограммы:**игры,эстафеты,весѐлыестарты,рассказ,

беседа,считалки,загадки,стихи,кроссворды,экскурсии,пословицы,поговорки,встречисоспециалистами, народныеприметы, ребусы.

**Приѐмыиметоды**

Приреализациипрограммыиспользуютсяразличныеметодыобучения:

* словесные:рассказ,объяснениеновогоматериала;
* наглядные:показновыхигр,демонстрацияиллюстративногоматериала;
* практические:апробированиеновыхигр:игрынасвежемвоздухенашкольнойспортивнойплощадке,эстафеты,соревнования, конкурсы.

Программакурсапоспортивно-оздоровительномунаправлению«Подвижныеигры»составленавсоответствиисвозрастнымиособенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю:1класс — 33часа в год, 2-4 классы -34 часа в год. На реализацию курса внеурочной деятельностиотводится1часвнеделю,программарассчитанана135часов.Срокреализациипрограммы:4 года

# СОДЕРЖАНИЕПРОГРАММЫ«ПОДВИЖНЫЕИГРЫ»

**2класс(34часа)**

# Игрысбегом(6часов)

*Теория*.Правилабезопасногоповеденияприпроведении

игрсбегом.Техникабегасускорением,техникаравномерногобега

*Практическиезанятия:*

* КомплексОРУнаместе.КомплексОРУсрифмованнымистрочками.Игра

«Совушка».Игра«Вороныиворобьи»

* КомплексОРУвдвижении.Игра«Ксвоимфлажкам».Игра «Деньиночь».
* Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»Игра«Пустоеместо».

Упражненияспредметами.Ирга«Невод».Игра «Колесо»

* КомплексОРУнаместе.Игра«Двамороза». Игра«Воробьи-попрыгунчики».

# Игрыспрыжками(4часа)

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.Профилактикадетскоготравматизма.Развитиекоординациидвиженийвпрыжкахсоскакалкой

*Практическиезанятия:*

* КомплексОРУ.Игра«Салкинаоднойноге».Игра«Воробушки».
* Комплексупражненийсдлиннойскакалкой.Игра «Удочка». Игра «Ктовыше»
* КомплексОРУсмячами.Игра«Прыжкивприседе».Игра«Пингвинысмячом».
* КомплексОРУскороткойскакалкой.Игра «Поймайлягушку».Игра«Прыжкисповоротом»

# Игрысмячом(6часов)

*Теория*.Правилабезопасногоповеденияприиграх смячом.

*Практическиезанятия:*

* Совершенствованиекоординациидвижений.Игра«Передал–садись».Игра

«Свечи».

* Развитиеглазомераичувстварасстояния.Передачамяча.МетаниемячаИгра«Охотникииутки».Игра«Сбей мяч»
* Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Ракпятитсяназад». Игра«Скорыйпоезд».
* Обучениебросанию,метаниюиловлемячавигре.

Броскииловлямяча.Игра«Ктосамыйметкий».Игра«Неупустимяч».

# Игрымалойподвижности(4часа)

*Теория*. Правила по технике безопасности при проведении игры малойподвижности.

*Практическиезанятия:*

* Комплексспециальныхупражнений«Ровнаяспина».Игра«Змейка».Игра

«Карликиивеликаны».

* Комплексупражненийсмешочками.Игра«Кошкаимышка».Игра«Ручеек».
* Упражнениядляисправлениянарушенийосанкииплоскостопия.Игра

«Стрекозы».Игра«Чемпионыскакалки».

* Гимнастическиепостроения,размыкания,фигурнаямаршировка.Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт».Игра«Чтоизменилось?»

# Зимниезабавы(4 часа)

*Теория*. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения прикатанииналыжах,санках. Инструктажпо техникебезопасности.

*Практическиезанятия:*

* Игра«Лепимснежнуюбабу».
* Игра«Лепимсказочныхгероев».
* Игра«Санныепоезда».
* Игра«Наоднойлыже».
* Игра«Езданаперекладных»

# Эстафеты(5часов)

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафетСпособыделения накоманды. Считалки

*Практическиезанятия:*

* Веселыестарты
* Эстафеты«Бегпокочкам»,«Бегсороконожек».
* Эстафеты«Ракпятитсяназад»,«Скорыйпоезд».
* Эстафеты«Чемпионыскакалки»,«Вьюны».
* Эстафеты«Стрекозы»,«Нановоеместо».

# Народныеигры(5часов)

*Теория.* История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр.Игроваятерминология.

*Практическиезанятия:*

* Разучиваниенародныхигр.Игра «Бегунок»
* Разучиваниенародныхигр.Игра«Верѐвочка»
* Разучиваниенародныхигр.Игра «Котел»
* Разучиваниенародныхигр.Игра"Дедушка -сапожник".

# ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующихумений:

* + целостный,социальноориентированныйвзгляднамир;
  + ориентациянауспехвучебнойдеятельностиипониманиеегопричин;
  + способностьксамооценкенаосновекритерияуспешнойдеятельности;
  + активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками напринципахуваженияидоброжелательности,взаимопомощиисопереживания;
  + проявлятьдисциплинированность,трудолюбиеиупорствовдостижениипоставленныхцелей;
  + освоениеморальныхнормпомощитем,ктовнейнуждается,готовностипринятьнасебяответственность;
  + развитиемотивациидостиженияиготовностикпреодолениютрудностейнаосновеконструктивныхстратегийсовладанияиумениямобилизоватьсвоиличностныеифизическиересурсы стрессоустойчивости;
  + освоениеправилздоровогоибезопасногообразажизни.

**Метапредметными**результатамипрограммывнеурочнойдеятельностипоспортивно-оздоровительному направлению«Подвижные игры» является формированиеследующихуниверсальныхучебных действий(УУД):

## РегулятивныеУУД:

* + уменияпланировать,регулировать,контролироватьиоцениватьсвоидействия;
  + планированиеобщейцели ипутиеѐдостижения;
  + распределениефункцийиролейвсовместнойдеятельности;
  + конструктивноеразрешениеконфликтов;
  + осуществлениевзаимногоконтроля;
  + оценка собственного поведения и поведения партнѐра ивнесениенеобходимыхкоррективов;
  + приниматьисохранятьучебнуюзадачу;
  + планироватьсвоидействиявсоответствииспоставленнойзадачейиусловиямиеѐреализации;
  + учитыватьустановленныеправилавпланированиииконтролеспособарешения;
  + адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей,родителейи другихлюдей;
  + различатьспособирезультатдействия;
  + вноситьнеобходимые коррективы в действие после егозавершениянаосновеегооценкииучѐтахарактерасделанныхошибок,использоватьпредложенияиоценкидлясоздания нового,болеесовершенногорезультата.

## ПознавательныеУУД:

* + добывать новые знания: находить дополнительную информацию посодержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненныйопыт;
  + перерабатыватьполученнуюинформацию,делатьвыводы;
  + преобразовыватьинформациюизоднойформывдругую:предлагатьсвоиправилаигрынаосновезнакомыхигр;
  + устанавливатьпричинно-следственныесвязи.

## КоммуникативныеУУД:

* + взаимодействие,ориентациянапартнѐра,сотрудничествоикооперация(вкомандныхвидахигры);
  + адекватноиспользоватькоммуникативныесредствадлярешенияразличныхкоммуникативныхзадач;
  + допускатьвозможностьсуществованияулюдейразличныхточекзрения, в том числе не совпадающихс егособственной, иориентироваться напозициюпартнѐравобщениии взаимодействии;
  + учитыватьразныемненияистремитьсяккоординацииразличныхпозицийвсотрудничестве;
  + формулироватьсобственноемнениеипозицию;
  + договариватьсяиприходитькобщемурешениювсовместнойдеятельности,втом числевситуациистолкновенияинтересов;
  + совместнодоговариватьсяоправилахобщенияиповеденияиследоватьим;
  + учитьсявыполнятьразличныероливгруппе.

## Оздоровительныерезультатыпрограммывнеурочнойдеятельности:

Первостепеннымрезультатомреализациипрограммывнеурочнойдеятельностиявляетсяфизическаяподготовленностьистепеньсовершенствадвигательныхумений,высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальноеразвитие

* двигательнаяподготовленностькакважныйкомпонентздоровьяучащихся;
* развитиефизическихспособностей;
* освоениеправилздоровогоибезопасногообраза жизни;
* развитиепсихическихинравственныхкачеств;
* повышение социальной и трудовой активности; планировать занятияфизическимиупражнениямиврежимедня,организовыватьотдыхидосугсиспользованиемсредствфизической активности;
* организовыватьипроводитьсосверстникамиподвижныеигры;
* Взаимодействоватьсосверстникамипоправилампроведенияподвижныхигри соревнований;

применятьжизненноважныедвигательныенавыкииуменияразличнымиспособами,вразличныхизменяющихся, вариативныхусловиях.

# Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся впроцессереализации

**программывнеурочнойдеятельности**

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительномунаправлению«Подвижныеигры»обучающиесядолжны**знать**:

* + основыисторииразвитияподвижных игрвРоссии;
  + педагогические, физиологические и психологические основыобучениядвигательнымдействиямивоспитанияфизическихкачеств;
  + возможностиформированияиндивидуальныхчертсвойствличностипосредствомрегулярныхзанятий;
  + индивидуальныеспособыконтролязаразвитиемадаптивныхсвойстворганизма, укрепленияздоровьяиповышениефизическойподготовленности;
  + правилаличнойгигиены,профилактикатравматизмаиоказаниядоврачебнойпомощи;влияниездоровьяна успешнуюучебнуюдеятельность;
  + значениефизическихупражненийдлясохраненияиукрепленияздоровья;

# Должныуметь:

* + адекватнооцениватьсвоѐповедениевжизненныхситуациях;
  + отвечатьзасвоипоступки;
  + отстаиватьсвоюнравственную позициювситуациивыбора;
  + техническиправильноосуществлятьдвигательныедействия,использоватьихвусловияхсоревновательнойдеятельностииорганизациисобственногодосуга;
  + проводитьсамостоятельныезанятияпоразвитиюосновныхфизическихспособностей,коррекции осанкиителосложения;
  + разрабатыватьиндивидуальныйдвигательныйрежим,подбиратьипланироватьфизическиеупражнения;
  + управлятьсвоимиэмоциями,эффективновзаимодействоватьсовзрослымии сверстниками,владеть культуройобщения;
  + соблюдатьправилабезопасностиипрофилактикитравматизманазанятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах инесчастных случаях;
  + пользоватьсясовременнымспортивныминвентаремиоборудованием.

# ТЕМАТИЧЕСКОЕПЛАНИРОВАНИЕ

**2класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№П/П** | **Наименованиераздела** | **Темазанятия** | **Электронные(цифровые)образовательныересурсы** |
| 1 | **Играсбегом6часов** | ТБ. Игра «Вороны иворобьи» | Физкульт.Ура<https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
| 2 | Игра«Совушка». |  |
| 3 | Игра«Деньиночь». |  |
| 4 | Игра «Вызовномеров» |  |
| 5 | Игра«Двамороза». |  |
| 6 | Игра«Воробушки». |  |
| 7 | **Игры спрыжками4часа** | Игра«Салкинаоднойноге | Физкульт.Ура<https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
| 8 | Игра «Ктовыше» |  |
| 9 | Игра«Пингвинысмячом». |  |
| 10 | Игра«Поймайлягушку». |  |
| 11 | **Игрысмячом6часов** | Игра«Свечи». | Физкульт.Ура<https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
| 12 | Игра«Передал–садись». |  |
| 13 | Игра«Охотникииутки». |  |
| 14 | Игра«Ракпятитсяназад». |  |
| 15 | Игра«Ктосамыйметкий». |  |
| 16 | Игра«Не упустимяч» |  |
| 17 | **Игры малойподвижности**  **4часа** | Игра«Карликиивеликаны». | Физкульт.Ура<https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
| 18 | Игра «Кошкаимышка». |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 19 |  | Игра«Чемпионыскакалки». |  |
| 20 | Гимнастическиепостроения,размыкания, фигурнаямаршировка.  Игра«Построениевшеренгу».Игра«Нановоеместо». Игра «Лабиринт».Игра«Чтоизменилось?» |  |
| 21 | **Зимниезабавы**  **4часа** | Игра«Лепимсказочныхгероев». | Физкульт.Ура<https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
| 22 | Игра«Лепимснежнуюбабу». |  |
| 23 | Игра«Санныепоезда». |  |
| 24 | Игра«Езданаперекладных» |  |
| 25 | **Эстафеты5часов** | Эстафеты «Бегсороконожек». | Физкульт.Ура<https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
| 26 | Эстафеты«Бегпокочкам», |  |
| 27 | Эстафеты «Рак пятитсяназад»,«Скорыйпоезд». |  |
| 28 | Эстафеты «Чемпионыскакалки»,«Вьюны». |  |
| 29 | Эстафеты«Стрекозы»,«Нановоеместо». |  |
| 30 | **Русскиенародныеигры**  **5часов** | Игра «Чехорда» | Физкульт.Ура<https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
| 31 | Игра«Бегунок» |  |
| 32 | Игра«Верѐвочка» |  |
| 33 | Игра«Котел» |  |
| 34 | Игра**"**Дедушка-сапожник". |  |

**Материально – техническое обеспечение программы**: мячи, скакалки, обручи,гимнастическиепалки,кегли,ракетки,канат,гимнастическиескамейки,стенки,маты.**Методическоеобеспечениепрограммы:**игры,эстафеты,весѐлыестарты,рассказ,

беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречисоспециалистами, народныеприметы, ребусы.

**Приѐмыиметоды**

Приреализациипрограммыиспользуютсяразличныеметодыобучения:

* словесные:рассказ,объяснениеновогоматериала;
* наглядные:показновыхигр,демонстрацияиллюстративногоматериала;
* практические:апробированиеновыхигр:игрынасвежемвоздухенашкольнойспортивнойплощадке,эстафеты,соревнования, конкурсы.

**Списоклитературы:**

1. ДмитриевВ.Н.«Игрынаоткрытомвоздухе»М.:Изд.ДомМСП,1998г.
2. КереманА.В.«Детскиеподвижные игрынародовСССР»М.:Просвещение,1989г.
3. «Яидунаурок.Начальнаяшкола.Физическаякультура».М.:Изд. «Первоесентября»,2005 г.
4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации,практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЫАКО,2005 г
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособностишкольника:упражнения,игры,инсценировки»Волгоград.Учитель,2008г
6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе»Волгоград.Учитель, 2004 г
7. СоветоваЕ.В.«Оздоровительныетехнологиившколе»Ростов.Феникс, 2006г
8. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры»ВеликийНовгород,Центртворческогоразвитияигуманитарногообразования

«Визит»,1999г

# Приложение

**Игрыиихклассификация**

Народные игры - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный виддеятельности,свойственныйнародностямирегионам.

Русские народные игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, хороводныеигрыдлявзрослыхснароднымипеснями, прибаутками,плясками.

Игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества:доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. После тяжелоготрудовогоднявзрослыесудовольствиемпринималиучастиевиграхдетей,обучаяих,какнадоразвлекаться и отдыхать.

Характерная особенность русских народных игр - движения в содержании игры (бег,прыжки, метания, броски, передачи и ловля мяча, сопротивления и др.). Эти двигательныедействия мотивированы сюжетом игры. Специальной физической подготовленностииграющим не требуется, но хорошо физически развитые игроки получают определенноепреимущество в ходе игры (так, в лапте хорошо ловящего мяч ставят в поле у линии кона,ахорошобьющеговыбираюткапитаномидаютдополнительныйударпомячу).

Правилавиграхопределяютсясамими участникамивзависимостиотусловий,вкоторыхпроводятся игры ( в городках - расстояние до города от кона или полукона, в лапте -количествоигроков,длинаиширинаплощадки,всалках- условияосаливанияит.д.).

Также может варьироваться и инвентарь (в "Лапте" - размеры биты, мяча, в "Жмурках" -размерыповязки, в"Чижике"-размерычижика,биты иликонаит.д.).

Такимобразом,русскиенародныеигрыпредставляютсобойсознательнуюинициативнуюдеятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правиламиигры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитываеткультурные, социальные и духовные ценности русского народа в физкультурном аспектедеятельности.

Применениерусскихнародныхигрвучебномпроцессемладшихшкольниковтребуетихспециального отбора для решения разных педагогических задач. Для этого создаютсярабочиегруппировкиигр,сходныхпоопределеннымпризнакам:

1. Повидовомуотражениюнациональнойкультуры(отражаетсяотношениек

окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, вечная борьба добрапротивзла).

1. По интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней ивысокойинтенсивности).
2. По типу двигательного действия, преимущественно входящего в игры (с бегом, спрыжкамиввысоту,вдлинус местаисразбега,сметаниемвподвижнуюинеподвижнуюцель,сбросками и ловлей мячаи т.д.).
3. Посодержаниюисложностипостроенияигры(простые,переходящие,командные).
4. С учетом возрастных особенностей детей 7, 8, 9, 10 лет. Этот же признак использован врекомендованной нами программе по физической культуре для 1 - 4-х классов свключениемвнеерусскихнародныхигр.
5. Поспособупроведения(сводящим,безводящего,спредметами,безпредметов,ролевые,сюжетные).
6. По физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры,преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты,гибкости).
7. Поотношениюкструктуреурока(дляподготовительной,основной,заключительнойчастейурока).

Основная функция этого компонента - воспитание национального самосознания.Народные игры, танцы, развлечения наиболее привлекательны и доступны для освоениямладшимишкольниками,таккаксоответствуютпсихологическимособенностямдетей

этоговозраста:обладаютэмоциональнойнасыщенностьюиспособныактивизироватьинтеллектуальнуюсферуребенкакак личности.

Подвижные игры, входящие в первый компонент, поделены на четыре раздела. Первыйвключает в себя игры, отражающие отношение человека к природе. Русский народ всегдатрепетно относился к природе, берег ее, прославлял. Игры первого раздела воспитываютдоброе отношение к окружающему миру. Сюда относятся русские народные игры: "Гуси-лебеди", "Волк во рву" , "Волк и овцы" , "Вороны и воробьи", "Змейка" , "Зайцы вогороде","Пчелкииласточки","Кошки-мышки","Умедведявобору","Коршуни

наседка" , "Стадо" , " Хромая лиса" , "Филин и пташки". "Лягушата", "Медведь и медовыйпряник", "Зайки и ежи" , "Ящерица", "Хромой цыпленок", "Оса" и их различные варианты.С историческим наследием русского народа знакомит второй раздел первого компонента -"Бытрусского народа",вкоторомприменяются народныеигры, отражающие

повседневные занятия наших предков. Во второй раздел входят народные игры:"Дедушка-рожок","Домики","Ворота","Встречныйбой","Заря","Корзинки","Каравай","Невод","Охотникииутки","Ловисьрыбка"."Птицелов","Рыбаки","Удочка","Продаем горшки", "Защита укрепления", "Захват флага", "Шишки, желуди, орехи", атакжеразличныеихварианты.

С большим интересом современные школьники знакомятся с играми сверстниковпрошлых столетий, составляющими третий раздел первого компонента. Эти игрыинтересны тем, что в них нужно проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошуюкоординацию. К этому разделу относятся игры: "Бабки", "Городки", "Горелки", "Городок-бегунок", "Двенадцать палочек", "Жмурки", "Игровая", "Кто дальше", "Ловишка","Лапта", "Котлы", "Ляпка", "Пятнашки", "Платочек-летуночек", "Считалки", "Третий -лишний", "Чижик", "Чехарда", "Кашевары", "Отгадай, чей голосок", "Веревочка подногами"и др.

Возможность помериться силой и ловкостью появляется у ребят при изучении игрчетвертогораздела,которыйотражаетстремлениедетейстатьсильнее,победитьвсех.Кактут не вспомнить о легендарных русских богатырях, которые не уступали ранее впопулярностисовременнымкиногероям. Вэтомразделеприменяютсяигры:

"Единоборство" (в различных положениях, с различным инвентарем), "Тяни в круг", "Бойпетухов", "Достань камешек", "Перетяни за черту", "Тяни за булавы", "Борящаяся цепь","Цепи кованы", "Перетягивание каната", "Перетягивание прыжками", "Вытолкни за круг"."Защита укрепления", "Сильный бросок", "Каждый против каждого", "Бои на бревне" и ихразличныеварианты.

# Описаниеигриэстафет.

***«Салки».***Играющие разбегаются по площадке (она должна быть ограничена линиями), аводящий ловит их. Пойманный становится водящим. При большом количестве играющихможно выделить двух-трех водящих. В дальнейшем игру можно усложнить, оговоривспособ передвижения. Например, игрокам разрешается передвигаться только спиной кщиту, на половине поля которого они находятся, т. е. бегать и ходить спиной вперед,приставнымишагами, боком.

***«Вызов номеров».*** Играющих делят на две команды, которые выстраиваются в двеколонны у лицевой линии. Команды рассчитываются по порядку. Каждый игрокзапоминает свой номер. На средней линии напротив каждой колонны ставят булавы.Педагогназываетодинизномеров.Игрокиобеихкоманд,стоящиеподэтимномером,

бегутдобулав,обегаютихивозвращаютсяобратно.Победительприноситсвоейкомандеочко.Играпродолжаетсядотехпор,поканебудутвызванывсеномера.Команда,

набравшая наибольшее количество очков, побеждает. Можно усложнить игру, еслипредложить игрокам бежать спиной вперед, боком, приставными шагами или поставитьнапути препятствия.

***«Пустое место».*** Играющих выстраивают в круг, руки за спиной. Водящий бежит закругомидотрагиваетсядорукиодногоизиграющих.Игрок,докоторогодотронулся

водящий,бежитвобратнуюсторону,стремясьбыстрееводящегозанятьсвоеместо.Ктоизбегущихостанетсябез места,тот истановится водящим.

***«Команда быстроногих».*** Играющие образуют четыре команды, стоящие в колоннах поодному перед линией старта. В 10-15 м от линии старта чертят кружки, в которыекладутсякубики.Посигналупедагогапервыечетверобегутккубикам,берутих,ударяюто пол и возвращаются на свое место. Игрок, прибежавший первым, получает 4 очка,вторым-3очка, третьим -2 очкаичетвертым-одноочко.Выигрывает команда,

набравшаянаибольшееколичествоочков.

*«****День и ночь».*** Играющих делят на две команды, которые становятся в две шеренги усредней линии площадки спиной друг к другу на расстоянии 2 *м.* Одна команда - «день»,другая -«ночь».Педагогназываеттуилииную командунеожиданно.Еслионговорит

«ночь», то эта команда убегает, а команда «день» догоняет ее. Затем подсчитываютосаленных, и все игроки становятся на свои места. Очередность вызовов команд несоблюдают,ночисловызововдолжнобытьодинаковым.Выигрываеткоманда,осалившаябольше игроков. Исходное положение можно менять: стоя лицом, боком друг к другу и т.д.

***«Эстафета с булавами».*** Играющих делят на две равные команды, выстраивают вколонны по одному у линии старта. На расстоянии 12-15 м против каждой колонны ставятв ряд три булавы в 0,5 м одна от другой. По сигналу педагога стоящие впереди бегут кбулавам, собирают их, бегут обратно и передают их следующему игроку. Те бегут сбулавами, расставляют их по местам (которые должны быть помечены) и возвращаютсяобратнои т.д. Выигрываеткоманда, закончившая игрураньше.

***«Встречная эстафета».*** Играющих делят на две равные команды и выстраивают вколонны. Колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга нарасстоянии 12-15 м (можно и больше). Перед всеми группами проводят стартовые линии.Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне, дают по флажку. По сигналупедагога игроки с флажками бегут к противоположной группе, отдают впередистоящимфлажки, а сами становятся сзади этой половины команды. То же делают игроки,получившие флажки. Игра заканчивается, когда последний из перебегающих игроковкакой-либо из команд передает флажок начавшему эстафету игроку. Побеждает команда,закончившаяпередачуфлажков раньше.

***«Круговая охота».*** Игроки, распределенные на две команды, образуют два круга -внешнийивнутренний.Посигналупедагогаигрокиначинаютдвигатьсяприставнымишагами или скачками в разные стороны. По второму сигналу игроки внешнего 1 кругаразбегаются,аигроки внутреннегокругастараютсяихпоймать.

***«Кто подходил ?»***Все играющие образуют круг, водящий с завязанными глазами стоит вцентре.

Руководитель указывает на кого-либо из играющих, и тот подходит к водящему, слегкадотрагивается до его плеча, подаѐт голос какого-либо животного или называет его поимени,изменивсвой голос.

Водящий открывает глаза по указанию руководителя, когда подходивший займѐт своеместо. Он должен отгадать, кто к нему подходил. В случае, если водящий отгадал того,ктокнемуподходил,игроки меняются ролями.

Побеждаеттот,ктониразунебылводящим.

Водящий не должен раньше времени открывать глаза. 2. Голос подаѐт только тот, на когоукажетруководитель.3. Первыйводящийнесчитаетсяпроигравшим.

***«Караси и щука*.** На одной стороне площадки находятся "караси", на середине "щука".Содержаниеигры.Посигналу"караси"перебегаютнадругую сторону."Щука"ловитих.Пойманные "караси" (четыре-пять) берутся за руки и, вставпоперѐк площадки, образуютсеть.

Теперь"караси"должныперебегатьнадругую сторонуплощадкичерезсеть(подруками)."Щука"стоитзасетьюиподстерегаетих.Когдапойманных"карасей"будетвосемь-

девять, они образуют корзины - круги, через которые нужно пробегать. Такая корзинаможет быть и одна, тогда еѐ изображают, взявшись за руки, 15-18 участников. "Щука"занимаетместо перед корзинойи ловит "карасей".

Когдапойманных"карасей"станетбольше,чемнепойманных,играющиеобразуютверши

-коридоризпойманныхкарасей,черезкоторыйпробегаютнепойманные."Щука",Находящаясяувыходаиз верши, ловитих.

Победителемсчитается тот,ктоосталсяпоследним.Емуипоручаютрольновой"щуки".Игра начинается по сигналу руководителя. Все "караси" обязаны при перебежке пройтисеть, корзину и верши. Стоящие не имеют права задерживать их. Игроки, образующиекорзину, могут поймать "щуку", если им удастся закинуть сплетенные руки за спину"щуки" и загнать еѐ в корзину или захлопнуть верши. В этом случае все "караси"отпускаются,и выбирается новая "щука".

***«Белый медведь»***Площадка представляет собой море. В стороне очерчивается небольшоеместо - льдина. На ней стоит водящий - "белый медведь". Остальные "медвежата"произвольноразмещаются по всей площадке.

Медведь" рычит: "Выхожу на ловлю!" - и устремляется ловить "медвежат". Сначала онловит одного "медвежонка" (отводит на льдину), затем другого. После этого двапойманных "медвежонка" берутся за руки и начинают ловить остальных играющих."Медведь" отходит на льдину. Настигнув кого-нибудь, два "медвежонка" соединяютсвободные руки так, чтобы пойманный очутился между руками, и кричат: "Медведь, напомощь!""Медведь"подбегает,осаливаетпойманногоиотводитнальдину.Следующие

двое пойманных также берутся за руки и ловят "медвежат". Игра продолжается до тех пор,пока не будут переловлены все "медвежата". Последний пойманный становится "белыммедведем".

Побеждаетпоследнийпойманныйигрок.

"Медвежонок" не может выскальзывать из-под рук окружившей его пары, пока не осалил"медведь".2.Приловлезапрещаетсяхвататьиграющихзаодежду,а убегающимвыбегатьзаграницы площадки.

***« Два Мороза».***На противоположных сторонах площадки отмечаются два города.Играющие, разделившись на две группы, располагаются в них. В середине площадкипомещаются"братьяМорозы":"МорозКрасныйНос"и"МорозСинийНос"

По сигналу руководителя они обращаются к играющим со словами:Мы-двабратамолодые,

ДваМорозаудалые:

Я - Мороз Красный Нос,Я-МорозСинийНос.

Ктоизвасрешится

В путь-дороженьку пуститься?Ребятахором отвечают:

Небоимсямыугроз,

Инестрашеннаммороз! -

и начинают перебегать из одного города в другой. "Морозы" их ловят. Тот, кого имудастся запятнать, считается замороженным. Он остаѐтся на том месте, где был пойман, идолженсраспростѐртымирукамипреграждатьпутьиграющимприследующих

перебежках.Когдазамороженныхокажетсятакмного,чтопробегатьстанеттрудно,играпрекращается.

Победителямисчитаютсяте,когониразунезаморозили.

Начинать бег можно только после окончания речитатива. Осаливание за линией города несчитается. 3. Осаленных ребят можно выручить: для этого остальные играющие должныкоснутьсяихрукой.

***«Мяч»***Все играющие образуют круг. Двое играющих становятся в середину круга.Стоящие по кругу опускаются но одно или два колена. У них один волейбольный мяч.Водящиеповорачиваются лицомк мячу.

По сигналу руководителя играющие начинают перекатывать мяч по полу, стараясь задетьим ноги водящих. Водящие бегают от мяча в кругу, подпрыгивают, спасаясь от него. Есликому-нибудьизиграющих удастсяпопастьмячомвногиводящего,онзанимаетегоместо,абывший водящий становится вкруг.

Выигрывают те, кто ни разу не были водящими. Первые водящие не считаютсяпроигравшими. Игра начинается по сигналу. Осаленный по ногам водящий сразу же идѐтна место осалившего его. Осаливать можно не выше коленей. Первый водящий несчитаетсяпроигравшим.

***«Метание в цель».*** Играющих выстраивают в колонну по три (четыре) в 4-5 м от стены.Перед каждой колонной на стене на высоте 2-2,5 м фанерный щит (1x1 м). По командепервыевкаждойколонневстаютналиниюметанияибросаюттеннисныймячвщит.

Метают три мяча подряд. То же выполняют остальные. За каждое попадание в цельначисляютпятьочков.Побеждаеткоманда,набравшая большеочков.

***«Гонка мячей над головой, сидя в колоннах».*** Две- четыре равные команды выстраиваютв колонну по одному. Играющие садятся на пол. У первых игроков в руках мяч. Посигналу играющие передают его над головой прямыми руками. Последний игрок, получивмяч, встает, бежит вперед, садится перед колонной и передает мяч тем же способом. Когдаигроки, начавшие передачу первыми, снова окажутся впереди своих команд, ониподнимаютмячвверх.Побеждает команда, закончившаяигрупервой.

***«Подвижная цель».*** Все играющие встают за линией круга. В центре круга водящий. Уодного из игроков мяч. Он бросает его в водящего (в ноги). Каждый игрок, поймавшиймяч,вслучаепромахатожевыполняетбросок.Попавшийигрокстановитсяводящим.

***«Мяч соседу».*** Играющие стоят в кругу на расстоянии 1 м один от другого. У двухигроков,стоящихнадвухпротивоположныхсторонахкруга,поволейбольномумячу.Посигналу играющие начинают передавать мячи друг другу вправо или влево так, чтобыодин мяч догнал другой. Проигрывает игрок, у которого окажутся два мяча. Играют 3-4мин., после чего отмечают игроков, которые лучше передавали мяч. Эту игру можнопроводить в шеренгах, передавая мяч перед собой, или в колоннах, передавая мяч надголовойиподногами.Вэтомслучаеигрупроводяткакэстафету.Побеждаеткоманда,

быстреевсехзакончившаяпередачу.

***«Передал - садись».***Играющих выстраивают в две-три колонны. Перед ними нарасстоянии 2-4 *м* встают капитаны с мячами в руках. По сигналу капитаны передают мячдвумя руками от груди (или одной рукой от плеча): первым игрокам в колонне, которыеловят его, возвращают тем же способом обратно и принимают положение упора присев.Затемследуютпередачивторымигрокамит.д.Когдапоследнийвколоннепередаетмячкапитану, тот поднимает его вверх и вся команда быстро встает. Команда, сделавшая этораньше,побеждает.

***«Быстрая передача».*** Играющие в парах. Расстояние между учащимися 4-5 м. По сигналуони начинают передавать мяч заданным способом. Пара, быстрее всех сделавшая 15-20передач,выигрывает.

***«Бросай-беги****».* Играющие стоят в двух разомкнутых на 3-4 шага шеренгах. Одна шеренгарассчитывается на первый-второй, а другая - на второй-первый. Первые номера - однакоманда,вторые-

другая.Украякаждой шеренгилежатмячи.Посигналукрайниеигрокиберутмяч,

передаютегоподиагоналиигрокусвоейкоманды,стоящемунапротив,исамибегутвследза мячом. Игрок, получивший мяч передает его по диагонали игроку, стоящему напротив,и сам бежит на его место и т. д. Когда мяч достигнет крайних игроков, они ведут мяч,обегаяпротивоположнуюколонну,наместоигрока,начавшегопередачупервым,и

передаютмячподиагоналинапротив,т.е.играначинаетсясначала.Игразаканчивается,

когдаигроки,начавшиепередачупервыми,вернутсянасвоиместа.Команда,сделавшаяэтопервой, побеждает.

***«Не давай мяча водящему».*** Все играющие образуют круг, В середине круга два-триводящих. Игроки начинают передавать мяч друг другу, а водящие пытаются перехватитьего. Если одному из них это удается, то водящим становится игрок, делавший последнююпередачу.

***«Мячсреднему».***Играющихделятнадвекоманды,которыеобразуютдвакруга. Вцентрекаждого круга становится игрок с волейбольным мячом. По сигналу игроки в центрепоочереднобросаютмячсвоимигрокамиполучаютегообратно.Получивмячот

последнего,игроквцентреподнимаетеговверх.Команда,уронившаямячменьшеечислораз, побеждает. Затем в центр становится другой игрок. Можно ввести дополнительноеупражнение: игрок, получивший мяч от центрового, сначала должен ударить мячом о политолько послеэтого передать мячобратно.

***«Охотника и утки».*** Играющие в двух командах. «Охотники» образуют круг. Переднимипроводятчерту,закоторуюпереступатьнельзя.«Утки»произвольнорасполагаютсявнутри круга. По сигналу охотники, перебрасывая мяч, стараются неожиданно броситьмячом в уток. Осаленная мячом утка выбывает из игры. Когда все утки осалены, учительотмечает затраченное время. Затем играющие меняются ролями. Выигрывает команда,котораябыстрееосалилавсехуток.

***«Гонка мячей по кругу».*** Две команды играющих образуют два круга. Игроки в кругустановятся на расстоянии вытянутых рук и рассчитываются на первые и вторые номера.Первыеномера-однакоманда,вторые-другая.Назначаютсякапитаны,имдаютпомячу.

По сигналу один капитан начинает передавать мяч вправо, другой влево от себя своимближайшим игрокам. Мячи передают по кругу, пока они не возвратятся к капитанам.Выигрываеткоманда, закончившая передачупервой.

***«Гонка мячей по рядам».*** Все играющие в двух шеренгах, стоящих лицом друг к другу.Первые игроки в шеренгах (с одной стороны) по сигналу передают мячи своим соседям, ате дальше. Последние игроки в шеренгах, получив мячи, бегут и становятся впереди своихшеренг,затемначинают передавать мячсвоим

соседям и т. д. Когда игроки, начинавшие гонку мячей, окажутся снова на своем месте,ониподнимаютмячвверх.Команда, сделавшаяэтораньше, побеждает.

***«Встречная эстафета с мячом****».* Играющих делят на две команды и выстраивают вколоннах.Каждуюколоннуделятнадвегруппы,которыерасполагаютсядругпротив

друга на расстоянии 12-15 м. У первых двух игроков по мячу. По сигналу они передаютмячигрокувпротивоположнуюгруппу,асамистановятся вконецсвоихколонн.

Выигрываеткоманда,быстреезакончившаяпередачу.

В этой игре возможны варианты: после передачи бежать в противоположную группу и тамвстатьвконецколонны;передаватьмячоднойрукой,сотскокомотпола;вместо

передачивестимячипередаватьмячпослеостановкипередигроком,стоящимнапротив.

***«Эстафета с ведением мяча»*** Играющие в двух колоннах, выстраиваются параллельнодруг другу у лицевой линий. По сигналу первые ведут мяч вперед до противоположнойстороны (до отмеченного места), останавливаются, бросают мяч двумя руками в стену,ловят его, и ведут мяч обратно. На расстоянии 3-4 м от колонны они останавливаются,передают мяч двумя руками от груди очередному игроку и сами становятся в конецколонны. Команда, закончившая ведение быстрее, выигрывает. Можно на пути ведениярасставитьбулавы, тогдаигрокидолжны вести мяч,обводя их.

***«Бомбардировка».*** Играющих делят на две равные команды. На каждой половине поляпараллельно лицевой линии на расстоянии 2-3 м от нее проводят линию города. Командыполучают по 8-10 булав и расставляют их произвольно в своем городе. Игрокиразмещаютсянасвоейполовинеплощадкимеждусреднейлиниейилиниейгорода.

Каждойкомандедаютподваволейбольныхмяча.Посигналуиграющиебросаютмячи,стараясьсбитьбулавы.Каждаякомандастараетсяперехватитьмячи,которыебросает

командапротивника.Сбитыебулавы убирают.Играют5-8мин.Побеждаеткоманда,

сбившаябольшееколичествобулав.Вбегатьвсвойгороддлязащитыбулавзапрещается.

***«Перестрелка».***Играют две команды на площадке не менее 6x12 м. Посредине площадкипроводят линию. Параллельно лицевым линиям в 1-1,5 м от них проводят линии «плена»,образуя «коридор плена». Команды размещаются на своей половине поля от среднейлиниидолинииплена.Педагогподбрасываетмячмеждукапитанаминасреднейлинии.

Каждый из них старается отбросить мяч своим игрокам. Получив мяч, игрок бросает его впротивника.Осаленныемячомигрокиидутзалиниюпленакпротивоположнойкоманде.

«Пленный» находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросят емумяч), после этого он возвращается в свою команду. Пленный должен поймать мяч своздуха, вернуть мяч в свою команду и только после этого вернуться сам. Играют 10-15мин.Закаждогопленногокомандаполучаеточко.Можноигратьдотех пор,пока,однаизкоманднепересалит всехигроковпротивника.