

ВВЕДЕНИЕ

В новой программе по физической культуре для средней школы впервые появились новые и весьма своеобразные задачи – «воспитание устойчивого интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом; привитие учащимся организаторских навыков...»

Нет сомнения, что актуальность данных задач является бесспорной. Однако следует признать, что вопросы воспитания интереса к занятиям физическими упражнениями и привитие учащимся организаторских навыков в настоящее время нуждаются в дальнейших теоретических исследованиях, научно-методических разработках и обобщениях.

Как показывает опыт нашей работы, для повышения эффективности учебно-воспитательного процесса, а именно формирования сознательного интереса к занятиям физической культурой и выполнению физических упражнений широко применяются игровой и соревновательный методы обучения.

Подбирая игры с общеразвивающими упражнениями с целью воспитания интереса, педагог имеет благоприятную возможность успешно развивать физические качества и обучать двигательным действиям школьников.

Одновременно с этим можно оказывать огромное воздействие на воспитание положительных черт поведения и характера, на формирование организаторских навыков, на воспитание личности в целом.

На основании личного опыта и обобщения результатов работы передовых учителей авторы сочли возможным условно сгруппировать игровые и соревновательные приемы проведения вводной и заключительной частей урока в решении вышеуказанных задач.

Часть игр представляет переработанные варианты подвижных игр и отдельных приемов, но все они проведены авторами неоднократно в практике работы с детьми (на уроках физической культуры, занятиях школьных спортивных секций, групп детских спортивных школ).

Авторы умышленно не указывают, какие игры целесообразнее применять в работе с учащимися разного возраста, надеясь, что учитель (тренер) в зависимости от конкретных задач и условий работы (организованности, подготовленности школьников, состояния базы и инвентаря для занятий и др.) сможет выбрать соответствующую игру (прием).

Классификация подвижных игр

Различают три основных класса игр: некомандные, переходные, командные.

В простейших некомандных играх отсутствует необходимость добиваться цели общими усилиями. Каждый играющий действует независимо, соблюдая только правила игры. В переходных к командным играм появляются элементы согласования действий внутри отдельных групп играющих. В начале участники действуют самостоятельно, но по мере развития сюжета игры образуются группы, в которых при решении отдельных задач приходится действовать согласованно.

В командных играх соревнования происходят между игровыми командами. Действия отдельных участников здесь подчинены интересам всей команды, и поставленная цель достигается главным образом согласованными действиями играющих. Для определения результата игры необходимо судейство.

Возрастные ступени согласованности действий требуют от участников не только психологической перестройки, но и владения навыками более сложных движений, необходимых для командной деятельности. Следовательно, содержание игровой деятельности усложняется по мере перехода от командных действий к командным играм. Чем элементарнее отношения между играющими, тем проще содержание игры.

Наибольшей сложностью отличаются командные игры, где, наряду с отличным владением двигательными навыками, необходима высокоорганизованная тактика действий всего коллектива.

Внутри некомандных игр принято выделять две группы: игры с водящими и без водящих.

На две группы подразделяются и командные игры: с одновременным участием всех играющих и с поочередным участием – эстафеты, с соприкосновением с противником и без.

В свою очередь, эти группы могут подразделяться на более мелкие – по такому, например, признаку, как форма организации. Так, эстафеты подразделяются на линейные, встречные, круговые.

Еще более детальная классификация игр основывается на их делении по содержанию двигательных действий.

Различают игры имитационные (с подражательными движениями), с перебежками, преодолением препятствий, сопротивлением, ориентировкой (по слуховому и зрительному), с предметами и без предметов.

Особую группу составляют музыкальные игры, использующие действие под музыку (танцы, пение).

Очень специфичны игры на местности, требующие специальной подготовки, они довольно сложны для проведения, также народные игры.

В наше время популярность приобрели разнообразные подготовительные (подводящие) игры, упрощенное содержание которых

позволит рано знакомить детей с такими спортивными играми, как футбол, баскетбол и др.

Каждая игра, выбранная в целях физического воспитания, обязательно должна обеспечить решение максимально возможного числа образовательных, воспитательных и оздоровительных задач.

Методические особенности подвижных игр

1. Образность.
2. Самостоятельность действий, ограничиваемая правилами.
3. Выполнение движений с полной мобилизацией двигательных возможностей.
4. Непринужденность, естественность движений.
5. Выполнение целостных действий, а также отдельных движений без строгой регламентации затраченных усилий.
6. Внезапная изменчивость ситуации.
7. Творческая инициативность действий.
8. Присвоение отдельным занимающимся или группе занимающихся определенных ролей, устанавливающих обязанности во взаимоотношениях среди занимающихся.
9. Избирательность способов действий в различных связях и сочетаниях для решения двигательных задач.

Педагогический анализ игры

1. Для какого возраста игра.
2. Характер игры (командный, некомандный).
3. Моторное содержание игры (вид движений в игре).
4. Физическая нагрузка в игре (высокая, средняя, низкая).
5. Психологическая нагрузка в игре (какие эмоции вызывает игра – положительные, отрицательные).
6. Качества, которые вырабатывает данная игра (физические и моральные).

На основе всего вышесказанного определить, где игра может применяться (урочная, внеурочная форма занятий).

Мы хотим показать, как педагоги, ученые и писатели высоко ценили значимость подвижных игр в воспитании подрастающего поколения.

Подвижные игры – сознательная активная деятельность, направленная на достижение добровольно поставленной цели, имеющая часто определенный сюжет.

Ценность подвижной игры заключается в возможности одновременно воздействовать на моторную и психическую сферу занимающихся.

П.Ф. Лесгафт. «Руководитель игры должен быть высокообразованным человеком, как каждый имеющий отношение к преподаванию – хорошо знать свой предмет, а также свойства и оправления организма, сам должен быть выдержанным человеком, изящно владеющим своими действиями, кажется чего проще, как чем вести игру, а на самом деле это достаточно трудное дело, которое постигается постоянным трудом, работой над собой, и редко приходится встречать руководителя, стоящего на уровне своего положения».

В.М. Сухомлинский. «...игра не просто детская забава, а животворный источник вдохновения, благородных чувств и стремлений...»

А.С. Макаренко. «...воспитание в коллективе и через коллектив, каков ребенок в игре, таков он будет и в труде».

А.М. Горький. «Игра – путь детей к познанию мира, в котором они живут и который призваны изменить».

Н.К. Крупская. «Игра учит бежать туда – куда надо, так быстро – как надо, сказать то – что надо, тому – кому надо и всеми этими умениями нужно владеть». «В игре становится тверже рука, гибче тело, вернее глаз». «В игре вырабатываются дети-организаторы, дети-вожаки, умеющие упорно двигаться к цели и увлекать за собою других».

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

Подвижные игры являются действенным средством всестороннего физического развития учащихся. В новой программе «Физическая культура» подвижные игры подобраны так, чтобы их можно было проводить в условиях помещения и на воздухе.

Игры следует распределять равномерно на протяжении всего учебного года, учитывая, какой материал из других разделов запланирован на данную четверть.

Подвижные игры могут включаться в любую из трех частей урока. Во вводную часть урока можно включать подвижную игру (как игровое упражнение), как разминку, как средство, направленное на решение общеразвивающих задач, организующее внимание учащихся, вызывающее у них положительные эмоции.

В основной части урока с помощью игр решаются задачи повышения уровня физической подготовленности, содействия наиболее успешному овладению учащимися материалом программы.

В заключительной части подвижная игра может быть проведена с целью активного отдыха, перехода учащихся к спокойному состоянию и организации их внимания. Использование игр, как правило, должно иметь место на каждом уроке физической культуры с учащимися V-VIII классов.

Кроме игр, указанных в программе, учитель может целенаправленно применять игровые упражнения, игры-задания, разнообразные эстафеты, включающие хорошо усвоенные учениками действия.

Эстафеты следует варьировать, проводить их линейными, встречными и по кругу с различными заданиями. Полезно повторять игры предыдущих классов. Например, «Перестрелку», «Охотники и утки», «Удочку» в усложненных вариантах.

Чтобы хорошо провести игру, учитель должен тщательно к ней подготовиться.

Площадку (зал) лучше размечать для игры до начала урока. Следует подготовить необходимый инвентарь и хранить его в определенном месте. Если игра сложная («Охрана перебежек», «Мяч в центр» и др.), лучше объяснить сначала основные правила, которые помогут начать игру. Дополнительные, второстепенные правила сообщать на ходу игры.

Сначала надо назвать игру, разделить (если это требуется) учащихся на команды, назначить капитанов и провести расстановку играющих на исходных положениях. Затем необходимо объяснить действия отдельных игроков. Следует обращать особое внимание на разделение играющих на команды. Силы в командах должны быть примерно равными. Не следует часто останавливать игру. Учитель по ходу игры должен руководить действиями играющих.

Следует объективно судить и подводить итоги игры, оценивая инициативные и смелые действия игроков, отмечая недостатки.

ИГРЫ ДЛЯ IV КЛАССА

«Сильные и ловкие»

Две команды располагаются по кругу, через одного. В центре круга стоят 8 кеглей и лежит мяч. По сигналу играющие, взявшись за руки и не разрывая их, стараются натолкнуть «противника» так, чтобы он сбил кеглю. Сваливший кеглю берет мяч и старается, не сходя с места, осалить им кого-либо из разбежавшихся в разные стороны игроков другой команды. Если промахнется, то его команда получает два штрафных очка, при попадании штрафных очков команда не получает. Команда, получившая меньше штрафных очков, выигрывает.

Эстафета с элементами перебежки

Три команды по 8-10 человек стоят в колоннах по одному. Впереди каждой ставится по одной гимнастической скамейке (рейкой вверх). По сигналу головные игроки пробегают по рейке, добегают до стены, касаются ее рукой и, вернувшись обратно, касаются рукой очередного игрока; сами становятся в конец своей колонны. Выигрывает команда, игроки которой правильно и быстрее закончат бег.

«Охрана перебежек»

В центре площадки (или зала) ставится стойка высотой 1,5-2 метра. Одна команда, рассчитавшись по порядку, занимает место вокруг стойки, а другая, разделившись на две группы, занимает места за лицевыми линиями. Команда, стоящая за лицевыми линиями, перебрасывается волейбольным мячом, стараясь попасть им в стойку. Играющие первой команды по очереди перебегают от одной до другой лицевой линии и обратно и становятся на свои места возле стойки. За каждого пробежавшего команда получает очко. После попадания мячом в стойку команды меняются ролями. Игра продолжается 15-20 минут. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

ПРАВИЛА:

1. Играющим нельзя переходить линии, ограничивающей круг у стойки (диаметр 1,5 м), и лицевые линии.
2. Защитникам нельзя умышленно задерживать мяч.
3. Очередным, защищающим стойку, нельзя выбегать раньше прихода предыдущего игрока.

Эстафета по полосе препятствий

Для эстафеты следует установить два ряда препятствий (скамейки, барьеры, конь, козел, обозначенный окоп).

Две команды становятся в колонны по одному за общей чертой. По сигналу головные игроки обеих команд выбегают вперед, преодолевают препятствия и возвращаются обратно, уже минуя их. Коснувшись рукой руки очередного игрока, прибывшие становятся последними в колоннах, очередные участники в свою очередь проделывают то же самое.

Когда все играющие по очереди преодолеют препятствия, команда заканчивает игру, в знак чего головной игрок поднимает руку вверх. Выигрывает команда, игроки которой по суммарной оценке учителя более ловко и четко преодолевали препятствия.

ПРАВИЛА:

1. Очередному игроку нельзя выбежать из-за общей черты раньше, чем до его руки не коснулся вернувшийся после пробежки товарищ.
2. Препятствия преодолеваются изученными ранее способами.

«Сильный бросок»

Играющие, разделившись на две команды, становятся одна против другой в произвольном порядке за линиями, проведенными на расстоянии 20 м одна от другой. На расстоянии 3 м от каждой линии впереди проводится еще по одной параллельной «городской» черте. По середине площадки кладется баскетбольный мяч. Всем игрокам раздается по одному малому мячу. По сигналу играющие из-за своих линий сильными бросками малых мячей в баскетбольный мяч стремятся перекатить его за городскую черту «противника». Выигрывает команда, сумевшая перекатить мяч за городскую черту другой.

ПРАВИЛА:

1. Метание производится без определенной очередности.
2. Подбирая мячи, нельзя заходить за свою городскую черту.

Эстафеты баскетболистов

Такие эстафеты проводятся с баскетбольными мячами. Учащиеся могут выполнять одно задание (ведение мяча) или два-три задания (ведение мяча по прямой, обводка стойки и бросок по корзине).

Эстафеты можно проводить после того, как дети овладеют соответствующими движениями.

Залетный мяч

На площадке (в зале) чертят два круга, один в другом, диаметрами 18 и 9 м (можно 12 и 6 м); в центре малого круга ставят переносную баскетбольную корзину. Играют две команды по 6-8 человек. Играющие произвольно размещаются по окружности большого круга (за линией). Учитель дает баскетбольный мяч одному из игроков. По сигналу играющие

передают друг другу мячи и стараются, не переступая линию малого круга, забросить его в кольцо.

Игрок, забросивший мяч, получает для своей команды два очка. Он же вводит мяч в игру после принятия всеми игроками первоначального исходного положения. Команда, набравшая больше очков за 15-20 минут игры, выигрывает.

ПРАВИЛА:

1. Играющие произвольно перемещаются в обоих кругах.
2. Мяч в корзину можно бросать только с большого круга.
3. Нельзя бегать с мячом в руках, вырывать мяч из рук «противника», задевать стойку.

За нарушение правил команда наказывается штрафным броском, который выполняется из-за черты большого круга любым игроком другой команды. При попадании команда получает одно очко. После штрафного броска любой игрок наказанной команды вводит его в игру за чертой большого круга.

Мяч в центре

Площадка (или зал) центральной линией делится на две половины. На каждой половине, ближе к лицевым линиям, обозначаются центральные круги диаметром 1 м; в них находятся капитаны. На каждой противоположной стороне произвольно размещаются по три перехватчика, а остальные играющие стоят вокруг своего капитана в малых кружочках (диаметром 50 см) в трех метрах один от другого. Учитель дает мяч одному из перехватчиков. Тот по сигналу бросает его одному из своих подающих (стоящих в малых кружочках), а подающие посылают мяч своему капитану. Перехватчики мешают этому. Они стараются перехватить мяч и подать его подающему. Если капитан поймает мяч, команде засчитывается очко. Подающие по часовой стрелке переходят в другой кружочек. Последний кружочек занимает один из перехватчиков, а капитан занимает его место. Очередной подающий становится капитаном. Продолжительность игры 15-20 минут. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

ПРАВИЛА:

1. Капитаны и подающие не имеют права выходить из своих кругов.
2. Перехватчики играют, как в баскетболе, им запрещается входить в кружочки и толкать капитанов и подающих.

Борьба за мяч

Две команды произвольно размещаются на обозначенной площадке (18x8м). Одному из играющих дается мяч. По сигналу игроки стараются быстрее выполнить 5 (10) передач между своими игроками. За это команда

выигрывает очко. Счет передач громко ведет учитель. Игра продолжается до 10 минут. Команда, набравшая больше очков, выигрывает.

ПРАВИЛА:

1. Передачи мяча выполняются в зоне обозначенной площадки.
2. Нельзя толкаться, вырывать мяч, допускать грубые приемы.
3. Можно вводить правила «трех шагов», «трех секунд» и др., как в баскетболе.
4. Начинать игру можно с центра (как в баскетболе).

Пасовка волейболистов

Играющие, по 8-10 человек, стоят по кругу и пасуют (передают) друг другу волейбольный мяч. Кто уронит мяч, тот получает штрафное очко. Выигрывают те, кто не получит штрафных очков.

ПРАВИЛА:

1. Нельзя отходить с занятого места далее одного шага.
2. Нельзя дважды подряд касаться мяча.

Ловкая передача

Играющие делятся на 3 или 4 команды. В каждой команде производится расчет по порядку номеров. Первые номера отходят в сторону на 6-8 м от остальных игроков своей команды, которые располагаются неподалеку один от другого в произвольном порядке и подают мяч нижней или верхней подачей (как условлено). Один из игроков принимает мяч и пасует его любому из своих игроков. С третьим касанием мяч должен быть отбит обратно первому номеру, который ловит мяч и идет играть в принимающую группу, передавая мяч второму номеру. Теперь подает мяч второй номер. Игра продолжается в таком же порядке, пока на подаче не сменятся все игроки. Выигрывает команда, допустившая меньшее число ошибок.

ПРАВИЛА:

1. За ошибку считается падение мяча на землю, двойная пасовка, задержка мяча при передачах.
2. Мяч, упавший на землю, передается подающему игроку, который возобновляет подачу.

ИГРЫ ДЛЯ V КЛАССА

Борьба в квадратах

На площадке чертятся три квадрата с промежутками 1 м между ними. Размер первого квадрата 3х3 м, второго 2х2 м и третьего 1х1 м. Из шеренги по очереди в первый квадрат вызываются четыре игрока. По сигналу они принимают положение на одной ноге, руки за спину и стараются толчками плечом вытолкнуть соперников из круга. Победитель остается в квадрате. Трое побежденных переходят в средний квадрат и таким же способом продолжают борьбу. Затем оставшиеся двое продолжают борьбу в малом квадрате. Игрок, оставшийся в первом квадрате, получает 4 очка, во втором – 3, в третьем – 2, а выбывший из третьего – 1 очко. Окончив игру, четверка уходит на свое место в шеренгу, а в первый квадрат вызывается очередная четверка. По окончании игры всех четверок можно провести финальные состязания и выявить самого сильного и ловкого игрока.

ПРАВИЛА:

1. Запрещаются грубые толчки.
2. Игроку, ожидающему очередного соперника во втором (третьем) квадрате, разрешается стоять в положении «вольно».

Тяни в круг

Для игры посередине площадки очерчиваются два concentрических круга (один в другом) диаметром 1 и 2 м. Все играющие окружают большой круг, крепко держась за руки. По указанию учителя дети двигаются по кругу вправо или влево. По сигналу (свистку) играющие останавливаются и стараются втянуть за черту большого круга своих соседей, не разъединяя рук. Кто попадет в большой круг хотя бы одной ногой, выходит из игры. Затем играющие снова берутся за руки и по свистку продолжают игру. Игроки, не втянутые в круг, считаются победителями.

ПРАВИЛА:

1. Втягивать соседей в круг можно только руками.
2. Игроки, разъединившие руки во время передвижения, выбывают.
3. Когда играющих мало, они становятся вокруг малого круга.

Эстафета по кругу

Четыре-шесть команд строятся наподобие спиц колеса, повернувшись правым или левым боком к центру круга, веерообразно расходящимися шеренгами.

По сигналу первые номера, стоящие крайними от центра круга, бегут вокруг, и, добежав к своей команде, передают эстафету очередному, а сами становятся в конец своих шеренг (к центру). Побеждает команда, первая закончившая бег.

ПРАВИЛА:

1. После старта каждого участника вся его шеренга делает шаг от центра, уступая место у центра круга подбегающему.
2. Во время бега нельзя касаться стоящих крайними в командах, толкать бегущих, пробегать между шеренгами, сокращая путь.

Эстафета с прыжками

Команды по 6-8 человек становятся за общей чертой в колонны по одному. Головные игроки держат в руках по сложенной вдвое веревочке длиной 3 м. Впереди каждой команды, за 6-8 м, ставится по флажку или чурке. Между флажками и чертой начала бега проводится полоса шириной 1,5 м. По сигналу головные игроки выбегают вперед, прыгают через полосу, оббегают свой флажок и, возвращаясь к колонне, вторично перепрыгнув полосу, вместе с очередным игроком «проводят» сложенную вдвое веревочку под ногами играющих на высоте 30-40 см. Те прыгают через веревочку способом «согнув ноги». Затем головной игрок остается сзади колонны, а очередной, взяв веревочку, повторяет действия первого игрока. Возвращаясь к колонне, он вместе с третьим по порядку игроком проводит веревочку вдоль колонны. Таким же образом поочередно действуют и остальные игроки. Когда веревочку получит вновь первый по порядку игрок, он поднимает ее кверху, показывая, что его команда закончила игру. Игра повторяется, но в следующем варианте. Возвращающиеся к месту своих команд игроки не проводят веревочку под ногами стоящих в колонне, но держат ее с очередным игроком за концы, натянув во всю длину над линией начала бега. Одни игроки, отойдя вправо, другие – влево, с разбега поочередно прыгают через веревку способом «перешагивание».

ПРАВИЛА:

1. Веревочка проводится под ногами на высоте 30-40 см.
2. При прыжках «перешагиванием» веревочка натягивается на условленную высоту.
3. Между первым и вторым вариантами игры устанавливается кратковременный отдых.

В четыре стойки (вариант лапты)

Играют две команды, одна располагается в «городе», другая – в «поле». В четырех местах поля ставятся четыре стойки на расстоянии 10 м одна от другой. Игроки команды «города» поочередно подают лаптой мяч в поле и бегут, касаясь рукой каждой из четырех стоек, и возвращаются к себе в «город».

В случае опасности перебегающий может остановиться у одной из стоек, выжидая следующие подачи мяча. Игроки команды «поля» стараются поймать на лету пробитый мяч или поднять его с земли и попасть этим

мячом в кого-нибудь из перебегающих. Когда это им удастся, то команды меняются ролями.

Каждый игрок, благополучно вернувшись обратно в «город», получает для своей команды одно очко. Команда, набравшая за время игры (15-20 минут) большее количество очков, побеждает.

ПРАВИЛА:

1. Игроки должны перебегать от стойки к стойке последовательно, не пропуская ни одной.
2. Игрокам команды «поля» запрещается мешать перебегающим игрокам «города».

Ловкие и меткие

На площадке чертятся один в другом три круга диаметром 3-10 и 15 м. По окружности маленького круга расставляются 6 городков (чурок). Играют две команды. В каждой команде выделяется по одному капитану и по три защитника. Остальные игроки – подающие. Капитаны становятся в малом круге, защитники – в среднем, а подающие произвольно размещаются в большом круге. Учитель дает волейбольный мяч одному из капитанов, тот бросает его своему игроку в большой круг (подающему), игрок из большого круга старается передать мяч назад своему капитану, однако защитники стараются перехватить мяч и передать его своим подающим. Капитан, получив мяч, сбивает им одну из чурок. Сбитая чурка убирается. Учитель дает мяч другому капитану, и игра продолжается. Выигрывает команда, капитан которой раньше собьет четыре городка.

ПРАВИЛА:

1. Капитан, защитники и подающие не имеют права переходить границы своего круга.
2. Запрещается вырывать мяч из рук, держать мяч в руках более трех секунд.
3. Если защитник одной из команд случайно заденет городок ногой и повалит его на землю, то городок считается как бы сбитым мячом капитана другой команды.

Мяч капитану

Играют несколько команд, построенных в колонны по одному. Водящие – капитаны стоят впереди своих команд в 3-6 шагах.

По сигналу капитаны бросают мяч очередному игроку команды, тот, бросив назад капитану мяч, бежит в конец колонны. Выигрывает команда, правильно и раньше закончившая передачу.

Игра эта имеет несколько вариантов:

1. Играющие могут в командах стоять по кругу, а капитан – в центре.

2. Играющие стоят в шеренгах, капитаны передвигаются боком вдоль шеренги и передают каждому мяч.
3. Играющие сидят.
4. Команды стоят в колоннах, капитаны – за гимнастической скамейкой, поставленной поперек в 3-6 шагах от команд. После первой подачи мяча капитаны бегут в конец своих колонн, а игрок с мячом бежит за скамейку (каждый очередной может передать мяч, только перешагнув скамейку).
5. Играющие стоят в колоннах. Игрок, получив мяч от капитана, может его передать обратно после выполнения условленного дополнительного упражнения (присесть, повернуться на 360°, выполнить три-пять ударов о пол и др.).

Пасовка волейболистов (в командах)

Для игры учащиеся делятся на несколько команд, и каждая строится по кругу. По сигналу в командах начинается пасовка волейбольного мяча. За каждое падение мяча команда получает штрафное очко.

Назначенные на каждый круг счетчики ведут счет штрафных очков. Команда, сделавшая за 3-5 минут меньше падений мяча, выигрывает.

ИГРЫ ДЛЯ VI КЛАССА

Перетягивание в шеренгах

Две команды строятся в шеренги одна против другой. Между шеренгами проводится черта. По сигналу играющие, взявшись попарно за руки, стараются перетянуть один другого за линию. Учитель подсчитывает число перетянутых игроками каждой шеренги. Шеренга, игроки которой перетянут большее число «противников», выигрывает. Игра повторяется несколько раз. Вместо одной линии можно обозначить двумя параллельными линиями коридорчик шириной 30-40 см.

ПРАВИЛА:

1. Нельзя умышленно разъединять руки.
2. Перетянутым считается тот, кто переступил линию двумя ногами.

Выталкивание из круга

На площадке (на полу) обозначается пять-шесть кругов диаметром по 3 метра. Класс делится на две команды. Капитаны команд посылают в каждый круг по одному игроку. Находясь в кругах, «противники» принимают положение стоя на одной ноге, руки за спину. По сигналу они, прыгая на одной ноге, стараются вытолкнуть один другого за круг. Кому это удастся, тот приносит команде очко. После этого учитель предлагает капитанам назначить следующие пары. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

ВАРИАНТЫ ИГРЫ:

Исходное положение может быть:

в приседе (прыгая на носках, выталкивать ладонями);

стоя на двух ногах («противники» опираются руками один другому в плечи).

Большая эстафета по кругу

На четырех углах площадки ставятся флажки, а в центре – большой флаг. Класс делится на три команды, которые строятся в колонны по одному недалеко от линии старта. От каждой команды вызывается к линии старта по одному бегуну. По сигналу они обегают четыре флажка и, добежав до линии финиша (рядом со стартовой линией), передают эстафетную палочку вторым номерам, занявшим исходное положение на старте. Выигрывает команда, чей замыкающий игрок закончит бег вокруг флажков, первым добежит к центральному флагу и постучит по древку эстафетной палочкой. Прибежавший вторым получает для своей команды второе место.

ПРАВИЛА:

1. Малые флажки на углах оббегаются с наружной стороны
2. Последний по порядку в команде игрок может бежать к центральному флагу после того, как он обежит четвертый угловой флажок.

ВАРИАНТ ИГРЫ:

На старт вызываются первые номера команд. По сигналу они бегут вокруг четырех флажков и стремительно финишируют. Игрок, пересекший линию финиша первым, приносит команде 3 очка, вторым – 2, а третьим – 1 очко. После этого дается старт очередной тройке, и так до конца. Команда, набравшая больше очков, выигрывает.

Бег командами

Нескольким командам (по 10-12 человек в каждой) дается старт. Команды бегут, стараясь пробежать всю дистанцию (до 500 м), не растягиваясь, и в полном составе финишировать. На финише обозначается коридор шириной 10 м. Выигрывает команда, которая затратит меньше времени и на финише все ее участники будут в обозначенном коридоре одновременно.

ПРАВИЛА:

1. Дистанцию лучше разметить по замкнутому кругу.
2. Старты можно давать отдельно для каждой команды.

Салки прыжками

На четырех колышках натягивается резиновый шнур на высоте 50-70 см так, чтобы получился квадрат 5х5 м. В квадрате – водящий. Остальные находятся за квадратом. По сигналу играющие прыгают (не задевая шнур) в квадрат и выпрыгивают из него. Водящий старается кого-либо осалить. Осаленный сменяет водящего. Выигрывают те, кто ни разу не побывает водящим.

ПРАВИЛА:

1. Прыгать можно с любой стороны квадрата.
2. Прыгать следует способом, который указал учитель («перешагиванием» или «согнув ноги»).

К финишу прыжками

Двумя линиями обозначается участок длиной 15 м и шириной 8 м. Играют по 5 человек. По сигналу участники прыгают на правой (левой) ноге от одной линии до другой. После каждого преодоления дистанции последний

выбывает, оставшиеся четверо спокойно возвращаются к линии старта и снова принимают старт, и так до конца. После этого на старт вызывается очередная четверка.

Эстафеты с преодолением препятствий

На дистанции 50-60 м устанавливаются два ряда различных препятствий (деревянный забор), горка для прыжков, бревно, «ров», щиты для метания в цель).

Две команды становятся в колонны по одному. Игра проводится подобно описанной для VI класса эстафеты через полосу препятствий, но выигрывает команда, раньше другой закончившая перебежки.

ПРАВИЛА:

1. Все препятствия нужно преодолеть указанными способами.
2. Очередной игрок начинает бег только после переданной ему за линией эстафеты.

Шагай вперед

Игра проводится на большой площадке (поляне). По обе стороны от средней линии площадки, отступая на 60 м, отмечаются линии кона. Две команды произвольно располагаются на своих сторонах площадки, в 15-20 м от средней черты.

Один из игроков команды, которая начинает игру, бросает волейбольный мяч по направлению коновой линии другой команды. Игроки второй команды стараются поймать мяч с лету. Если мяч пойман, то очередной игрок имеет право, держа мяч в руках, сделать три больших шага (не подпрыгивая) вперед с того места, где был пойман мяч, и бросить его по направлению к лицевой линии площадки «противника». Мяч, упавший на землю, бросает очередной игрок с места падения мяча. Переброска и ловля мяча продолжается до тех пор, пока одной из команд не удастся забросить мяч через лицевую черту площадки другой. Эта команда и выигрывает.

ПРАВИЛА:

1. Игроки каждой команды бросают мяч в порядке установленной между ними очереди (по расчету до начала игры).
2. Поймавший мяч с лету передает его очередному игроку для броска.

Эстафеты волейболистов

Играют две-три команды, которые выстраиваются колоннами в 5 м от стены. Расстояние между колоннами 3 м., у направляющих – по волейбольному мячу. По сигналу капитаны команд выполняют пять передач мяча ударом его о стенку (пальцами, как в волейболе). После пятого удара

капитаны бегут в конец своей колонны, а мяч подхватывает и продолжает выполнять передачи очередной игрок команды. Выигрывает команда, которая раньше и правильно закончит передачи.

ПРАВИЛА:

1. Если мяч упадет на пол, игрок должен его подобрать, стать на линию и продолжать передачи.
2. Назначенные учителем судьи следят за правильностью выполнения задания.

Эту эстафету можно проводить иначе.

Каждая команда строится в колонну по два, на некотором расстоянии одна от другой. В 10-15 м от линии начала обозначается вторая линия. Одному игроку в каждой направляющей паре дается по мячу. По сигналу игроки передних пар бегут вперед и на ходу отбивают мяч пальцами вверх от одного к другому. Добежав до второй линии, они также возвращаются обратно к своим колоннам, последним ударом передают очередным игрокам мяч, а сами становятся в конец своих колонн. Очередные пары, не беря мяч в руки, также, передвигаясь, передают ударами пальцев мяч друг другу.

Команда, окончившая перебежки первой, выигрывает.

ПРАВИЛА:

1. При падении мяча он подбирается игроком, и пасовка продолжается с места падения.
2. Очередные пары не должны выходить из-за черты раньше, чем им будет передан мяч.

ИГРЫ ДЛЯ VII КЛАССА

Перетягивание каната

Две команды произвольным способом берутся за концы длинного каната (8-10 м). По сигналу начинается перетягивание. Выигрывает команда, которая из трех раз дважды перетянет «противника» за трехметровую черту, обозначенную по обе стороны от центральной линии.

ПРАВИЛА:

1. Начинать перетягивать по сигналу.
2. Нельзя отпускать канат до второго сигнала.

Перетягивание каната с хода

На середину площадки кладут свернутый в клубок канат. Две команды по 8-10 человек стоят на противоположных сторонах площадки, каждая 20-30 м от каната. По сигналу учителя обе команды бегут к свернутому канату, разматывают клубок и, взявшись за концы, тянут каждая в свою сторону. Побеждает команда, перетянувшая канат за черту, отмеченную в 3-5 м от центра площадки.

Кто сильнее

Для игры нужно приготовить 5-6 колец из толстой веревки диаметром колец 30 см. Играющие делятся на две команды. Посередине площадки отмечается 5-6 кружков, в которые кладутся веревочные кольца. За 2 м по обе стороны кружков проводится по контрольной черте.

Ученики, по 5-6 человек из каждой команды, подходят к кружкам и, составляя пары, берут веревочные кольца правой (или левой) рукой (смотря по условию). По сигналу каждый из составляющих пару игроков старается перетянуть «противника» за свою контрольную черту. Перетянувший получает для своей команды очко. Команда, набравшая большее число очков, выигрывает.

ПРАВИЛА:

1. Перетянутым считается переступивший контрольную черту «противника» двумя ногами.
2. При перетягивании нельзя умышленно отпускать кольцо.

Лапта с препятствиями

Играют две команды. Одна располагается в «городе», другая – в «поле». В «поле» чертятся три кружка диаметром 1 м на большом расстоянии один от другого. Это – станции. Один из команды «поля» становится в «городе» подавать мяч. Игроки команды «города» в порядке очереди

отбивают лаптой мяч и бегут по порядку в первую, вторую и третью станции, стараясь вернуться в «город» не осаленными. На пути из третьей станции в «город» им приходится преодолеть два препятствия: обозначенный окоп шириной 1,5 м и перевернутый барьер (заборчик высотой 60-70 см). Игрок, отбивший мяч и сумевший без остановок пробежать все три станции, преодолеть два препятствия и вернуться не осаленным в «город», получает для своей команды четыре очка. Если пробежка идет после второго или третьего удара (второго-третьего игрока), то команда получает только одно очко. Во время перебежек игроки «поля» ловят мяч и осаливают им пробегающих, пока те находятся вне «города» или вне «станции». Если кто-нибудь осален, команды меняются местами и ролями.

Игра продолжается 20 минут. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

ПРАВИЛА:

1. Каждый перебегающий должен побывать во всех трех кружках-станциях и преодолеть два препятствия.
2. Нельзя отбивать мяч в сторону или назад.
3. На станции осаливать нельзя.

Эстафеты с бегом, прыжками, метанием

Для эстафеты следует подготовить два ряда препятствий (бревна высотой 50-70 см, гладкий палисад (забор) высотой 80 см, «окоп» (полосу) шириной 1,5-2 м и круг диаметром 3 м). Стартуют двое (по одному от каждой команды). По сигналу они бегут 15 м, преодолевают бревно, пробегают еще 20 м и прыжком, «наступая», преодолевают палисад; бегут 15 м, перепрыгивают «окоп» и метают гранату в круг, обозначенный в 15 м от линии метания. После метаний гранат играющие быстро возвращаются, минуя препятствия к линии старта. Прибежавший первым и попавший гранатой в круг получает для своей команды два очка, прибежавший вторым при попадании в круг – одно очко. Затем старт дается очередной паре. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

ПРАВИЛА:

Препятствия преодолеваются указанным способом. Гранату метают, не переступая линию.

Примечание: при повторении игры порядок расположения препятствий можно изменять.

Кто быстрее

На площадке от средней линии обозначаются две черты по обе стороны на расстоянии 20-30 см. Играют две команды. Соревнуются парами (по одному от каждой команды). Очередная пара становится на обозначенных противоположных линиях. По сигналу учителя «МАРШ!» они бегут

навстречу (придерживаясь правой стороны) и стараются раньше пробежать центральную линию (середины). Кому это удастся, тот получает для своей команды очко. Учитель стоит сбоку средней линии и присуждает победу. Затем стартует следующая пара. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

Примечания:

1. Для девочек расстояние до средней линии 15-20 м.
2. Стартовать можно по договоренности из разных положений (высокий старт, с опорой на одну руку, низкий старт, сидя, лежа, стоя спиной в направлении бега и др.).

ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Будь внимателен

Учитель подсчитывает ногу, учащиеся шагают на месте. Учитель внезапно прекращает счет, ученики должны прекратить движение. Кто сделает ошибку (будет продолжать шагать), тот становится на левый фланг. Вместо подсчета можно хлопать в ладони или постукивать концом гимнастической палки о пол.

Солдаты и разведчики

Учитель во время передвижения класса подает сигналы: «солдаты» и «разведчики». Занимающиеся, согласно сигналу, идут строевым шагом или «крадучись», как разведчики.

Поймай мяч

Класс рассчитывается по порядку. Учитель с мячом стоит в центре зала (площадки). Во время передвижения учащихся шагом или бегом учитель вызывает номер и подбрасывает вверх мяч. Вызываемый выбегает к центру и ловит мяч. Не поймавший мяч получает штрафное очко.

Быстрое построение

Во время передвижения учащихся в колонне по одному учитель подает команду «четверками (тройками, пятерками) стройся!». Учащиеся быстро строятся по четыре. Оставшиеся вне четверок получают штрафные очки. Такие построения повторяются несколько раз. По условиям четверки могут строиться в колонны, круг, взявшись за руки, шеренги.

Будь начеку

Проведение общеразвивающих упражнений в сочетании с игрой «вызов номеров». Во время выполнения упражнений в колоннах (каждая колонна – команда) учитель внезапно вызывает номер. Вызванные выбегают из колонн, касаются рукой стены (или оббегают флажки) и возвращаются на свои места. Очко получает прибежавший первым.

С длинной скакалкой

Двое вращают скакалку.

Учащиеся по 4 или 5 человек одновременно прыгают. Выигрывает четверка, выполнившая больше прыжков.

Две команды стоят, каждая в колонне по одному. Какая команда быстрее пробежит через вращающуюся скакалку?

То же, только пробежать через две-три кружащиеся скакалки.

С короткой скакалкой

Прыгая через скакалку, быстрее пробежать 30-40 м.

То же, передвигаясь спиной вперед.

Прыгают по три человека, стоя один другому в затылок. Скакалка у впереди стоящего. Какая тройка выполнит большее число прыжков, не задев веревочки?

Кто выполнит большее число прыжков за 1 минуту?

Кто за один прыжок большее число раз прокрутит скакалку под ногами?

ИГРЫ-ЗАДАНИЯ

Кто большее число раз выполнит угол из положения виса?

Кто большее число раз присядет на правой (левой) ноге?

Кто быстрее влезет по канату произвольным способом? (Время фиксировать секундомером).

Чья пара игроков за 30 сек. выполнит большее число передач мяча?

СОРЕВНОВАНИЯ ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ

Массовые спортивные соревнования – одна из самых распространенных форм внеклассной работы с детьми.

Хорошо организованные соревнования приносят школьникам много радости, а если в них принимает участие большинство учащихся тех или иных классов, то они способствуют сплочению классного коллектива. В школах часто проводятся спортивные соревнования по легкой атлетике, гимнастике, спортивным играм и часто по подвижным играм, ведь их можно проводить на уроках физкультуры, на занятиях в кружках и секциях, на утренниках и спортивной вечерах, во время «Дней здоровья».

Не по всем подвижным играм можно проводить соревнования. Лучше подбирать такие, результат которых можно оценить очками или временам. С младшими школьниками соревнования проводятся по двум-трем играм между командами внутри класса или между командами параллельных классов. Для соревнований отводится 30-40 минут в младших классах и до 60 минут в старших классах.

Надо разметить площадку, подготовить необходимый инвентарь, а также хорошо подготовить судей и их помощников. Дети должны знать о предстоящих соревнованиях заранее. Перед началом следует напомнить участникам и зрителям условия и правила игры.

Команды вызываются на исходное положение, приветствуют друг друга («Команде «А» класса физкульт-привет!») и по сигналу начинают игру. Судья и помощники записывают нарушения правил, за что учитель начисляет штрафные очки. По окончании игры, которая может повториться 2-3 раза, команды снова строятся и приветствуют друг друга словами: «Команде «Б» класса физкульт-ура!». Учитель объявляет результаты и заносит их в протокол. На исходное положение выходят очередные команды. После небольшого отдыха соревнования продолжаются по второй, а затем по третьей игре.

Приводим примерные схемы-протоколы, которые ведутся секретарем соревнования.

Протокол соревнования по игре «Передача мяча»

№ команды	Попытки			Очки и место
	1	2	3	
8 «А»	3	2	3	7-III
8 «Б»	2	1	1	4-I
8 «В»	1	3	2	6-II

Судья _____

Секретарь _____

Примечание. Первенство присуждается команде, получившей наименьшую сумму очков.

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ

(при включении в соревнования нескольких игр)

№ команды	Игры и места			Сумма очков	Общее место
	«Охотники и утки»	«Пасовка волейболистов»	Эстафета		
	1	2	1	4	I
	3	1	2	6	II
	2	3	3	8	III

Гл. судья соревнований _____

Секретарь _____

Рекомендуется проводить соревнования по таким подвижным играм:

Для IV-V классов

«Пятнашки маршем», «Охрана перебежек», «Пасовка волейболистов в командах», «Мяч капитану», «Перестрелка», «Круговая эстафета», «Метко в цель», «Борьба за мяч», «Мяч в центр», «Шагай вперед»

Примерные варианты при включении в соревнования нескольких игр.

Для V-VII классов

I вариант

«Мяч капитану» - повторить 3 раза

«Перестрелка»

«Метко в цель» - по 3 раза

II вариант

«Борьба за мяч» - 10 минут

«Пасовка волейболистов в командах» - 5 минут

«Шагай вперед»

Такие игры как «Салки», «Борьба за мяч», «Охотники и утки» и другие на соревнованиях можно оценивать или очками, или временем.

ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ НА УРОКАХ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Кто соберет больше городков. Каждый в порядке очередности подбрасывает вверх теннисный или волейбольный мяч и бежит по прямой, собирая по пути расставленные в 2-3 метрах один от другого городки. Выигрывает тот, кто соберет больше городков до падения мяча. В момент падения мяча руководитель свистком останавливает бег. Игру можно проводить, подбрасывая мяч из положения сидя.

За чужим мячом. Две команды стоят в колоннах. К линии старта вызывается по одному от каждой команды, у них в ручках разноцветные мячи (белый и черный). По сигналу каждый бросает свой мяч как можно дальше и бежит за чужим мячом, стараясь принести его к линии старта первым, за это команда получает очко. Затем вызывается другая пара и т.д.

Бег с выбыванием. Поставить два флажка в 30-40 м один от другого, посередине провести линию старта – финиша. Играют группами по 5-6 человек. Группе дается старт, ребята бегут, огибая флажки.

Пробежавший линию финиша последним выбывает, остальные продолжают бег до победителя.

Догони переднего. Для игры можно использовать центральный круг футбольного поля (или специально начертить круг). Участники строятся по кругу в 4-5 шагах один от другого и по сигналу начинают стремительный бег против часовой стрелки, стараясь осалить (дотронуться рукой) до впереди бегущего. Осаленный уходит в сторону. Победителем становится тот, кто останется неосаленным.

Вокруг флажка. Группа в 6-8 человек строится на одной линии. Дается старт, все ребята бегут 30-40 м, оббегают флажок и возвращаются к линии старта. Прибежавший первым становится победителем.

Салки прыжками. На четырех колышках натянуть шнур (бинт) на высоте 30-50 см так, чтобы получился квадрат 5х5 м. в квадрате – водящий, остальные находятся за квадратом. По сигналу все прыгают (не задевая

шнура) в квадрат и выпрыгивают из него, а водящий старается кого-либо осалить. Осаленный становится водящим.

К финишу прыжками. Двумя линиями обозначается участок длиной 15-20 м и шириной 8-10 м. Участники, 8-10 человек, по сигналу прыгают на правой (левой) ноге от одной линии до другой. После каждого преодоления дистанции последний выбывает, оставшиеся участники спокойно возвращаются к линии старта и после кратковременного отдыха снова принимают старт, и так до победителя. Это игровое упражнение можно проводить как бег с выбыванием (преодолевший линию финиша последним выбывает).

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ИГР

Классы	Учебные четверти	
	1-4	2-3
IV	<p>Охрана перебежек Борьба за мяч Сильный бросок Эстафета на полосе препятствий Баскетбольная эстафета</p>	<p>Мяч в центр Сильные и ловкие Пасовка волейболистов Эстафета с элементами равновесия Ловкая подача</p>
V	<p>Ловкие и меткие В четыре стойки Эстафета по кругу Эстафета с прыжками</p>	<p>Мяч капитану Пасовка волейболистов в командах Тяни в круг Борьба в квадратах</p>
VI	<p>Шагай вперед Бег командами Большая эстафета по кругу Салки прыжками К финишу первым За чужим мячом Эстафета с препятствиями</p>	<p>Перетягивание в шеренгах Выталкивание из круга Эстафеты волейболистов</p>
VII	<p>Лапта с препятствиями Перетягивание каната Кто быстрее Эстафета с бегом, прыжками и метаниями</p>	<p>Кто сильнее Эстафета волейболистов Пасовка волейболистов Эстафета баскетболистов</p>

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Классификация подвижных игр	4
Методические указания	7
Игры для 4 класса	8
Сильные и ловкие	8
Эстафета с элементами равновесия	8
Охрана перебежек	8
Эстафета по полосе препятствий	8
Сильный бросок	9
Эстафеты баскетболистов	9
Залетный мяч	9
Мяч в центре	10
Борьба за мяч	10
Пасовка волейболистов	11
Ловкая подача	11
Игры для 5 класса	12
Борьба в квадратах	12
Тяни в круг	12
Эстафета по кругу	12
Эстафета с прыжками	13
В четыре стойки	13
Ловкие и меткие	14
Мяч капитану	14
Пасовка волейболистов (в командах)	15
Игры для 6 класса	16
Перетягивание в шеренгах	16
Выталкивание из круга	16
Большая эстафета по кругу	16
Бег командами	17
Салки прыжками	17
К финишу прыжками	17
Эстафета с преодолением препятствий	18
Шагай вперед	18
Эстафета волейболистов	18
Игры для 7 класса	20
Перетягивание каната	20
Перетягивание каната с хода	20
Кто сильнее	20
Лапта с препятствиями	20
Эстафета с бегом, прыжками, метаниями	21
Кто быстрее	21
Игровые упражнения	22
Будь внимателен	22

Солдаты и разведчики	22
Поймай мяч	22
Быстрое построение	22
Будь начеку	23
С длинной скакалкой	23
С короткой скакалкой	23
Игры-задания	23
Приложения	24
1. Соревнования по подвижным играм	24
2. Примерное распределение игр	28
Содержание	29
Список литературы	31

ЛИТЕРАТУРА

1. *Богданов Г.П.* Школьникам – здоровый образ жизни [Текст] / Г.П. Богданов – М.: ФиС, 1989.
2. *Борзин А.А., Лукашина Ю.С.* Сто игр на нашем дворе – М.: Детская литература, 1986.
3. *Былеева Л.В.* Сборник подвижных игр.
4. *Былеева Л.В., Яковлев В.Г.* Подвижные игры – М.: Физкультура и спорт
5. *Весна Е.Б.* Профессионально-педагогическая практика [Текст] / Е.Б. Весна, О.О. Киселев. – Воронеж: Изд-во ВГУ, 1999.
6. *Геллер Е.М.* На коньках, салазках, лыжах. – Минск, 1987.
7. *Геллер Е.М.* Спортландия. – Минск, 1969.
8. Гимнастика с методикой преподавания [Текст] / под ред. И.Б. Павлова и В.М. Баршая. – М.: Просвещение, 1985.
9. *Глязер С.В.* Зимние игры и развлечения. М.: Физкультура и спорт, 1993.
10. *Жуков М.Н.* Подвижные игры. Учебное пособие для студентов педагогических ВУЗов. Академия, 2004.
11. *Зациорский В.М.* Физические качества спортсмена [Текст] / В.М. Зациорский. – М.: ФиС, 1966.
12. *Изон Э.В.* Игры на площадке и на местности. Уч.пед.Изд., 1959.
13. *Калинкин А.А.* Развивая двигательные качества // Физическая культура в школе // [Текст] / А.А. Калинин. – Изд. Педагогика, 1990, № 6.
14. *Кашачкин В.М.* Физическое воспитание в начальной школе [Текст] / Г.М. Кашачкин. – М.: Просвещение, 1983.
15. *Коджаспирова Г.М.* Педагогическая практика в начальной школе [Текст] / Г.М. Коджаспирова, Л.В. Борикина. – М.: Изд. Центр «Академия», 2000.
16. *Кожухова Н.Н.* Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях [Текст] / Н.Н. Кожухова, Л.Я. Рыжкова, М.М. Самодурова. – Учебное пособие: М.: АСАДЕМА, 2002.
17. *Коротков И.М.* Подвижные игры в занятиях спортом. М., ФиС, 1981.
18. *Коротков И.М.* Подвижные игры во дворе. М.: Знание, 1993. Игры народов России, 1996.
19. *Коротков И.М.* Зимние игры школьников. М.: Просвещение, 1984.
20. *Лаврикова Т.В.* Педагогика личности. Часть III. Педагогическая практика личностной ориентации [Текст] / Т.В. Лаврикова. – Воронеж: Изд-во ВГУ, 1998.
21. Легкая атлетика с методикой преподавания [Текст]: Учебное пособие / под ред. А.Н. Макарова и П.З. Сириса. – М.: Просвещение, 1989.
22. *Лейкина М.В.* Подвижные игры.
23. *Лесгафт П.Ф.* Руководство по физическому воспитанию детей дошкольного возраста. 4.2. СПб.
24. *Лукашев П.Д.* Военно-спортивные игры. М. ДОСААФ, 1979.
25. *Матвеев Л.П.* Теория и методика физической культуры [Текст] / Л.П. Матвеев. – М.: ФиС, 1991.

26. *Мишагин В.Н.* Организация и содержание педагогической практики в детских спортивных школах [Текст]: учебно-методическое пособие для студентов факультетов физической культуры / В.Н. Мишагин, И.Ю. Водолагина. – Саратов, ИЦ Наука, 2006.
27. Настольная книга учителя физической культуры [Текст] / под ред. проф. Л.Б. Кофмана. – М.: ФиС, 1998.
28. *Нестеровский Д.И.* На уроках баскетбола // Физическая культура в школе // [Текст] / Д.И. Нестеровский, Ю.Д. Железняк. – Педагогика, 1992, № 1.
29. Нормирование нагрузок в физическом воспитании школьников [Текст] / под ред. Л.Е. Любомирского. – М.: Педагогика, 1989.
30. *Оноприенко Б.* Игры на воде. М.: ФиС, 1976.
31. *Пашкевич Г.Н.* Педагогическая практика [Текст]: Учебно-методическое пособие / Г.Н. Пашкевич, М.Е. Сысоев. – М.: Изд-во «Сигналь», 1999.
32. Педагогическая энциклопедия, Статьи «Игры детские», «Игры-пособия», «Игрушка».
33. *Рудник П.А.* Игры детей и их педагогическое значение. Изд. АПН.І.
34. Сборник инструктивно-методических материалов по физическому воспитанию [Текст] / под ред. В.П. Богословского. – М.: Просвещение, 1986.
35. *Синкевич В.Ф.* Весь класс играет в баскетбол // Физическая культура в школе // [Текст] / В.Ф. Синкевич. – Педагогика, 1989, № 2
36. Спортивные игры: учебник для вузов [Текст] / Под ред. В.Д. Ковалева и др. – М.: ФиС, 1988.
37. *Фарбер Д.А.* Физиология школьника [Текст] / Д.А. Фарбер, И.А. Корниенко, В.Д. Сонькин. – М.: Педагогика, 1990.
38. Физическая культура и спорт в общеобразовательной школе [Текст] / под ред. М.Д. Рипп. – М.: Просвещение, 1985.
39. Энциклопедия современного учителя [Текст] / Сост. Т.П. Зайцева. – М.: Изд-во «Астрель», 2000.
40. *Яковлев В.Г.* Игры в начальной школе. Уч. пед. Изд., 1957.
41. *Яковлев В.Г., Гриневский А.И.* Игры для детей. М.: ФиС, 1978.