МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

 Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПОДВИЖНЫХ ИГР

Направление подготовки (специальность)

44.03.01 Педагогическое образование

Профиль программы

Физическая культура

Уровень высшего образования – бакалавриат

Программа подготовки – прикладной бакалавриат

Форма обучения

Очная

|  |  |
| --- | --- |
| Факультет  | физической культуры и спортивного мастерства |
| Кафедра | спортивного совершенствования |
| Курс | 1 |
|  |  |

Магнитогорск

# 2017 г.



# 2017.jpg

# **1 Цели освоения дисциплины**

Целями освоения дисциплины «Теория и методика подвижных игр» являются:

- освоение системой знаний о подвижных играх, их роли и значении в формировании здорового образа жизни детей и подростков;

- обеспечение студентов комплексом профессиональных знаний, умений и навыков, которые позволяют им успешно использовать подвижные игры в образовательном процессе;

- использование методик обучения навыкам организации и проведения подвижных игр с учетом возрастных особенностей занимающихся;

# 2 Место дисциплины в структуре образовательной программы подготовки бакалавра

Дисциплина «Теория и методика подвижных игр» входит в вариативную часть блока 1 образовательной программы.

Знания (умения, навыки), полученные при изучении данной дисциплины, будут необходимы для изучения следующих дисциплин: «Организация и судейство соревнований», «Основы техники безопасности на уроках физкультуры», «Теория и методика гимнастики», «Теория и методика плавания», «Теория и методика спортивных игр», «Методика проведения занятий с дошкольниками», «Методика проведения занятий со школьниками», «Теория и методика легкой атлетики», а также для прохождения производственной – педагогической, производственной - практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, производственной - летней педагогической практики.

# 3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины и планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины «Теория и методика подвижных игр» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

| Структурный элемент компетенции | Планируемые результаты обучения  |
| --- | --- |
| **Код и содержание компетенции****ОПК-2** способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся |
| Знать | * основные определения и понятия, применяемые в «теории и методике подвижных игр»;
* возрастные анатомо-физиологические особенности развития детей и подростков;
* особенности формирования двигательных навыков и развития физических качеств во время занятий подвижными играми с детьми разного возраста.
 |
| Уметь | * формулировать конкретные задачи, планировать и проводить основные виды занятий по подвижным играм с различными возрастными группами учащихся;
* применять полученные знания при проведении подвижных игр с детьми разного возраста;
* использовать разнообразные формы занятий, подбирать средства и методы с учетом возрастных, морфофункциональных индивидуальных особенностей, уровня физической и технической подготовленности занимающихся.
 |
| Владеть | * навыками осуществления учебного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
* навыками подбирать и применять подвижные игры в образовательном процессе занимающихся различных возрастов;
* владеть приемами регулирования нагрузки с учетом возрастных особенностей.
 |
| **Код и содержание компетенции****ПК-1** готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов |
| Знать | - теоретические и методические основы, необходимые для реализации образовательного процесса;- значение и место подвижных игр в системе физического воспитания;- основы техники безопасности при проведении подвижных игр. |
| Уметь | - управлять процессом обучения;- разрабатывать документы планирования, составлять планы-конспекты занятий различной направленности. |
| Владеть | * практическими умениями и навыками проведения подвижных игр в различных условиях;

- возможностью применения подвижных игр при изучении других предметов. |
| **Код и содержание компетенции****ПК-2** способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики |
| Знать | - современные методики и технологии в области физической культуры и спорта для модернизации образовательного процесса в образовательных учреждениях различного типа;- методику организации и проведения соревнований по подвижным играм;- методику проведения подвижных игр на уроке и во внеурочное время. |
| Уметь | - применять современные методики и технологии в области физической культуры и спорта в образовательном процессе; - организовывать и проводить соревнования по подвижным играм;- определять причины ошибок, возникших в ходе игры, уметь их прогнозировать и находить возможности их устранения. |
| Владеть | *-* способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды. |

# **4 Структура и содержание дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы 72 акад. часа, в том числе:

– контактная работа – 54,1 акад. часа:

 – аудиторная – 54 акад. часов;

 – внеаудиторная – 0,1 акад. часа

– самостоятельная работа – 17,9 акад. часа;

| Раздел/ темадисциплины | Семестр | Аудиторная контактная работа (в акад. часах) | Самостоятельная работа (в акад. часах) | Вид самостоятельной работы | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации | Код и структурный элемент компетенции |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| лекции | лаборат.занятия | практич. занятия |
| 1. Введение |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1.Подвижные игры в системе физического воспитания. Задачи игровой деятельности и пути их решения. | 1 |  |  |  | 2 | * Самостоятельное изучение учебной литературы.
 | Опрос | ОПК-2-зув,ПК-1- зув |
| 1.2.Понятие об игровой деятельности. Классификация подвижных игр. Техника безопасности на занятиях подвижными играми. | 1 |  |  |  | 2 | * Самостоятельное изучение учебной литературы.
 | Опрос | ОПК-2-зув,ПК-1- зув |
| Итого по разделу |  |  |  |  | 4 |  |  |  |
| 2. Методика проведения игр |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2.1.Подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста. | 1 |  |  | 12 | 2 | * Составление карточек по подвижным играм. Подготовка к занятиям.Работа с электронными библиотеками.
 | Проведение игр | ОПК-2-зув,ПК-1- зувПК-2 -зув |
| 2.2. Подвижные игры для детей среднего и старшего возраста. | 1 |  |  | 12 | 2 | * Составление карточек по подвижным играм. Подготовка к занятиям. Работа с электронными библиотеками.
 | Проведение игр | ОПК-2-зув,ПК-1- зувПК-2 -зув |
| 2.3.Подвижные игры, подводящие к спортивным играм, гимнастике и легкой атлетике. | 1 |  |  | 12 | 2 | * Составление карточек по подвижным играм. Подготовка к занятиям. Работа с электронными библиотеками.
 | Проведение игр | ОПК-2-зув,ПК-1- зувПК-2 -зув |
| 2.4.Подвижные игры зимой и на воде. | 1 |  |  | 4 | 2 | * Составление карточек по подвижным играм. Подготовка к занятиям. Работа с электронными библиотеками.
 | Проведение игр | ОПК-2-зув,ПК-1- зувПК-2 -зув |
| 2.5.Русско-народные и игры народов мира. | 1 |  |  | 10 | 2 | * Составление карточек по подвижным играм. Подготовка к занятиям. Работа с электронными библиотеками.
 | Проведение игр | ОПК-2-зув,ПК-1- зувПК-2 -зув |
| Итого по разделу |  |  |  |  | 10 |  |  |  |
| 3. Соревнования и праздники |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.1.Организация соревнований по подвижным играм. Системы розыгрыша. | 1 |  |  | 4 | 2 | * Составление регламента по подвижным играм. Подготовка к практическим занятиям.
 | Выполнение заданий на образовательном портале | ОПК-2-зув,ПК-1- зувПК-2 -зув |
| 3.2. Сценарии массовых праздников. | **1** |  |  |  | 1,9 | * Написание сценария праздника. Подготовка к практическим занятиям.
 | Выполнение заданий на образовательном портале | ОПК-2-зув,ПК-1- зувПК-2 -зув |
| Итого по разделу |  |  |  |  | 3,9 |  |  |  |
| **Итого за семестр** | 1 |  |  | 54 | 17,9 |  | **Зачет** |  |
| **Итого по дисциплине** |  |  |  | 54 | 17,9 |  | **Зачет** |  |

# 5 Образовательные и информационные технологии

При проведении учебных занятий по дисциплине «Теория и методика подвижных игр» преподаватель обеспечивает развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.

Реализация компетентностного подхода предусматривает использование в учебном процессе активных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

В ходе обучения преподаватель использует в образовательном процессе традиционные образовательные технологии (практические занятия, посвященные освоению конкретных умений и навыков по предложенному алгоритму), в сочетании с различными игровыми технологиями.

# 6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

*Тема 1. Подвижные игры в системе физического воспитания. Задачи игровой деятельности и пути их решения.*

Понятие «подвижная игра». Методические особенности. Понятие игровой метод. Роль и место подвижных игр в педагогической практике. Основные формы организации подвижных игр (урочные и внеурочные). Задачи игровой деятельности: образовательные, воспитательные, оздоровительные. Комплексное решение задач.

*Тема 2. Понятие об игровой деятельности. Классификация подвижных игр. Техника безопасности на занятиях подвижными играми.*

Содержание подвижных игр (сюжет, правила, двигательные действия). Виды подвижных игр в педагогической практике. Классификация подвижных игр. Допуск. Форма одежды. Выбор места занятий. Вводный инструктаж по ТБ. Температурный режим. Инвентарь. Гигиенические требования.

*Тема 3. Методика проведения игр. Сценарии массовых праздников.*

Методика проведения подвижных игр. Роль руководителя при организации и проведении подвижных игр. Сценарии массовых праздников (малые олимпийские игры, «День Нептуна», игры на местности).

*Тема 4. Подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста.*

Особенности проведения подвижных игр для детей дошкольного и младшего школьного возраста. Проведение подвижных игр с учетом особенностей физиологии развития ребенка, места и времени игры.

*Тема 5. Подвижные игры для детей среднего и старшего возраста.*

Особенности проведения подвижных игр для детей среднего и старшего школьного возраста. Проведение подвижных игр с учетом особенностей физиологии развития ребенка, места и времени игры.

*Тема 6. Организация соревнований по подвижным играм. Системы розыгрыша.*

Организация соревнований по подвижным играм. Системы розыгрыша (круговая, олимпийская, смешанная). Подведение итогов и награждение.

*Тема 7. Подвижные игры зимой и на воде.*

Особенности проведения игр в зимний период и на воде. Требованиям к проведению и меры безопасности к проведению в этот период. Игры на льду, снегу (на санках, лыжах и др.).

*Тема 8. Подвижные игры, подводящие к спортивным играм, гимнастике и легкой атлетике.*

Обучение техники игры в футбол, волейбол, баскетбол, гандбол при помощи подвижных игр. Подвижные игры при занятиях гимнастикой и легкой атлетикой.

*Тема 9. Русско-народные и игры народов мира.* Народные игры и их роль в воспитании подрастающего поколения.

*Тема 10. Соревнования и праздники.* Составление регламента проведения соревнований по подвижным играм. Написание сценария праздника с использованием игр.

# 7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

**а)** Планируемые результаты обучения и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:

| Структурный элемент компетенции | Планируемые результаты обучения  | Оценочные средства |
| --- | --- | --- |
| **Код и содержание компетенции****ОПК-2** способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся |
| Знать | * основные определения и понятия, применяемые в «теории и методике подвижных игр»;
* возрастные анатомо-физиологические особенности развития детей и подростков;
* особенности формирования двигательных навыков и развития физических качеств во время занятий подвижными играми с детьми разного возраста.
 | **Перечень тем и заданий для подготовки к зачету:** 1. Определение игры.
2. Педагогические основы игры.
3. Отличие подвижных игр от спортивных.
4. Социальные функции игры в современном обществе.
5. Теория происхождения и развития игр.
6. Характеристика игр для дошкольников младшего возраста.
7. Характеристика игр для дошкольников среднего возраста.
8. Характеристика игр для дошкольников старшего возраста.
9. Характеристика игр для школьников 1-4 классов.

10.Характеристика игр для школьников 5-6 классов. 1. Характеристика игр для школьников 7-9 классов.
2. Характеристика игр для школьников 10-11 классов.
 |
| Уметь | * формулировать конкретные задачи, планировать и проводить основные виды занятий по подвижным играм с различными возрастными группами учащихся;
* применять полученные знания при проведении подвижных игр с детьми разного возраста;
* использовать разнообразные формы занятий, подбирать средства и методы с учетом возрастных, морфофункциональных индивидуальных особенностей, уровня физической и технической подготовленности занимающихся.
 | 1.Игра - это:- способ проведения упражнений, характеризующийся выполнением упражнений с одновременным продвижением в различных направлениях; - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку; - одиночные упражнения; упражнения, выполняемые вдвоем, втроем 2. К строевым приемам при проведении подвижных игр относятся: - построения и перестроения; - команды и распоряжения; - повороты и передвижения. 3. Подвижная игра это: - вид деятельности, для которой характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом; - прямому, косому и круговому; - прямому и круговому*.*4.С детьми, какого возраста не рекомендуется использовать командные подвижные игры: - 1, 2 классах; - 3, 4 классах; - 5, 6 классах.5.В какой части урока для детей 1 - 4 классов рекомендуется проводить подвижные игры на развитие ловкости и быстроты: - в подготовительной части; - в заключительной части; - в основной части.6. С каких классов подвижные игры на уроках используются в сочетании с гимнастикой, легкой атлетикой или лыжной подготовкой: - 1 - 4; - 5 - 6; - 7 - 9.  |
| Владеть | * навыками организации учебного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
* навыками подбирать и применять подвижные игры в образовательном процессе занимающихся различных возрастов;
* владеть приемами регулирования нагрузки с учетом возрастных особенностей.
 | Разработать карточки по подвижным играм по представленному ниже примеру с учетом возрастных особенностей обучающихся |
| **Код и содержание компетенции****ПК-1** готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов |
| Знать | теоретические и методические основы, необходимые для реализации образовательного процесса;- значение и место подвижных игр в системе физического воспитания;- основы техники безопасности при проведении подвижных игр. | **Перечень тем и заданий для подготовки к зачету:** 1. Техника безопасности при проведении подвижных игр.
2. Место подвижных игр в решении задач физического воспитания.
3. Педагогическая группировка подвижных игр.
4. Наблюдение и контроль за выполнением правил игры.
5. Критерий выбора игры на занятии.
6. Способы разделения игроков на команды.
7. Способы выбора водящих и их характеристика.
8. Выбор помощников и капитанов в игре.
9. Требование к рассказу и порядок объяснения игры.
10. Роль и место показа в игре.
 |
| Уметь | - управлять процессом обучения;- разрабатывать документы планирования, составлять планы-конспекты занятий различной направленности. | Разработать план-конспект занятия с включением подвижных игр с учетом возрастных особенностей и физических возможностей занимающихся. |
| Владеть | * практическими умениями и навыками проведения подвижных игр в различных условиях;

- возможностью применения подвижных игр при изучении других предметов. | Проведение подвижной игры по составленной студентом карточкой |
| **Код и содержание компетенции****ПК-2** способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики. |
| Знать | - современные методики и технологии в области физической культуры и спорта для модернизации образовательного процесса в образовательных учреждениях различного типа;- методику организации и проведения соревнований по подвижным играм;- методику проведения подвижных игр на уроке и во внеурочное время. | **Перечень тем и заданий для подготовки к зачету:** 1. Дозировка и судейство игры.
2. Организация соревнований по подвижным играм.
3. Подвижные игры в работе оздоровительных лагерей.
4. Организация и проведение соревнований «веселые старты».
5. Игры в урочное и внеурочное время.
6. Игры типа салок..
7. Игры типа эстафет.
8. Игры на сообразительность и внимание.
9. Игры с метаниями в неподвижную и подвижную цель.
10. Игры с элементами прыжков.
11. Игры с элементами силовой борьбы.
12. Игры с речитативом.
13. Игры с элементами гимнастики.
14. Игры с элементами баскетбола.
15. Игры с элементами волейбола.
16. Игры с элементами футбола.
17. Игры на воде.
 |
| Уметь | * формулировать конкретные задачи, планировать и проводить основные виды занятий по подвижным играм с различными возрастными группами учащихся;
* применять полученные знания при проведении подвижных игр с детьми разного возраста;
* использовать разнообразные формы занятий, подбирать средства и методы с учетом возрастных, морфофункциональных индивидуальных особенностей, уровня физической и технической подготовленности занимающихся.
 | Создать картотеку по подвижным играм с учетом возрастных особенностей обучающихся.Контролировать состояние занимающихся во время проведения занятия.  |
| Владеть | способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды. | 1.Составление положение по подвижным играм.(цели и задачи, место и сроки, организаторы, участники, программа, подведение итогов, награждение, форма заявок). 2. Проведение соревнований |

**б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания:**

Обучающиеся, освоившие программу по дисциплине «Теория и методика подвижных игр» сдают зачет в 1семестре.

Требования, предъявляемые к студентам, для получения зачета по физической культуре и спорту:

1. Регулярнопе посещение занятий, проводимых в сетке учебного расписания и дополнительных занятий при необходимости.

2. Регулярное участие в играх, проводимых на занятиях.

3. Проведение трех игр для детей разного возраста и разного уровня сложности.

4. Написание регламента (положения) по проведению соревнований по подвижным играм.

5. Работа студента на образовательном портале по выполнению заданий.

6. Предоставление преподавателю тетради с играми, проводимых в течение изучаемой дисциплины.

Критерием успешности освоения учебного материала студентом является экспертная оценка преподавателем регулярности посещения обязательных учебных занятий и результатов выполненных заданий.

Показатели и критерии оценивания подготовленности студента:

– на оценку «**зачтено**» – обучающийся демонстрирует высокий уровень сформированности компетенций, всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, свободно выполняет практические задания, свободно оперирует знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.

– на оценку «**не зачтено**» – обучающийся не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

# 8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) Основная **литература:**

|  |
| --- |
| 1. Шалаев О.С., Подвижные игры : учебное пособие / Шалаев О.С., Мишенькина В.Ф., Эртман Ю.Н., Ковыршина Е.Ю. - Омск : СибГУФК, 2019. - 158 с. - ISBN 978-5-91930-122-6 - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785919301226.html>
2.
 |
|  |  |  |  |  |
| **б)** **Дополнительная** **литература:**  |
| 1. Готовцев, Е. В. Национальные виды спорта и игры. Лапта : учебное пособие для академического бакалавриата / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов, И. В. Машошина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 402 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-06425-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/438934>
2. Булгакова Н.Ж., Игры на воде для обучения и развлечения / Н.Ж. Булгакова - М. : Спорт, 2016. - 70 с. - ISBN 978-5-906839-03-9 - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839039.html>
3. Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере : учебное пособие для вузов / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 261 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12478-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/448444>
4.

  |
|  |  |  |  |  |
| **в)** **Методические** **указания:**  |
| Приложение 1  |
|  |  |  |  |  |
| **г)** **Программное** **обеспечение** **и** **Интернет-ресурсы:**  |
|   |
|
|  |  |  |  |  |
| **Программное** **обеспечение**  |
|  | Наименование ПО  | № договора  | Срок действия лицензии  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | MS Windows 7 Professional(для классов)  | Д-1227-18 от 08.10.2018  | 11.10.2021  |  |
|  | MS Office 2007 Professional  | № 135 от 17.09.2007  | бессрочно  |  |
|  | 7Zip  | свободно распространяемое ПО  | бессрочно  |  |
|  | FAR Manager  | свободно распространяемое ПО  | бессрочно  |  |
|  |  |  |  |  |
| **Профессиональные** **базы** **данных** **и** **информационные** **справочные** **системы**  |
|  | Название курса  | Ссылка  |  |
|  | Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»  | <https://dlib.eastview.com/>  |  |
|  |  |
|  | Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ)  | URL: <https://elibrary.ru/project_risc.asp>  |  |
|  | Поисковая система Академия Google (Google Scholar)  | URL: <https://scholar.google.ru/>  |  |
|  | Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам  | URL: <http://window.edu.ru/>  |  |
|  | Российская Государственная библиотека. Каталоги  | <https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/>  |  |
|  | Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова  | <http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp>  |  |
| **9** **Материально-техническое** **обеспечение** **дисциплины** **(модуля)**  |
|  |  |  |  |  |
| Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:  |
| Универсальный спортивный зал для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Спортивный инвентарь и оборудование Стадион Плоскостные сооружения Помещение для самостоятельной работы Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования Стеллажи и контейнеры для хранения спортивного инвентаря и оборудования    |
|

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮКАРТОЧЕК ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ (ОБРАЗЕЦ КАРТОЧКИ)**

|  |
| --- |
|  **«Кот и воробышки»****Возраст:** 4-5 лет**Цель:** обучение детей выполнению прыжков с высоты**Ход игры:** Дети стоят на скамеечках, на больших кубиках, положенных на полу в одной стороне площадки. Это воробышки на крыше. В стороне сидит кот (воспитатель или кто-нибудь из детей). Кот спит. «Воробышки полетели» говорит воспитатель. Воробышки спрыгивают с крыши, расправив крылья, разлетаются во все стороны. Но вот просыпается кот. Он произносит «мяу-мяу» и бежит ловить воробышков, которые прячутся на крыше. Пойманных воробышков кот отводит к себе в дом.**Указания.** Следить, чтобы дети мягко приземлялись, спрыгивали на носки и сгибали колени. |

|  |
| --- |
| **«Шишки, желуди, орехи»****Возраст:** 10-12 лет**Цель:**  Развитие внимания, быстроты реакции, быстроты бега.**Подготовка:** Игроки образуют круг, в середине которого становится водящий, а остальные, разбившись по тройкам, встают один за другим лицом к центру (первый номер - в трёх-четырёх шагах от водящего). Руководитель даёт всем играющим названия: первые в тройках "шишки", вторые "жёлуди", третьи "орехи".**Ход игры:**По сигналу водящий громко произносит, например: "Орехи". Все играющие, названные "орехами", должны поменяться местами, а водящий стремится стать на любое освободившееся место. Если ему это удаётся, то игрок, оставшийся без места, становится водящим. Если водящий скажет "жёлуди", меняются местами стоящие в тройках вторыми, если "шишки" - стоящие в тройках первыми. Когда игра освоена, водящему можно вызывать двух или даже трёх игроков в тройках, например: "шишки, орехи". Вызванные также должны поменяться местами.Побеждают игроки, которые ни разу не были водящими.**Правила игры:** 1. Вызванным запрещается оставаться на месте. 3. Игроки не могут перебегать в какую-либо другую тройку (в противном случае игрок становится водящим). |

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КАРТОЧЕК ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ (ОБРАЗЕЦ КАРТОЧКИ)**

|  |
| --- |
|  **«Кот и воробышки»****Возраст:** 4-5 лет**Цель:** обучение детей выполнению прыжков с высоты**Ход игры:** Дети стоят на скамеечках, на больших кубиках, положенных на полу в одной стороне площадки. Это воробышки на крыше. В стороне сидит кот (воспитатель или кто-нибудь из детей). Кот спит. «Воробышки полетели» говорит воспитатель. Воробышки спрыгивают с крыши, расправив крылья, разлетаются во все стороны. Но вот просыпается кот. Он произносит «мяу-мяу» и бежит ловить воробышков, которые прячутся на крыше. Пойманных воробышков кот отводит к себе в дом.**Указания.** Следить, чтобы дети мягко приземлялись, спрыгивали на носки и сгибали колени. |

|  |
| --- |
| **«Шишки, желуди, орехи»****Возраст:** 10-12 лет**Цель:**  Развитие внимания, быстроты реакции, быстроты бега.**Подготовка:** Игроки образуют круг, в середине которого становится водящий, а остальные, разбившись по тройкам, встают один за другим лицом к центру (первый номер - в трёх-четырёх шагах от водящего). Руководитель даёт всем играющим названия: первые в тройках "шишки", вторые "жёлуди", третьи "орехи".**Ход игры:**По сигналу водящий громко произносит, например: "Орехи". Все играющие, названные "орехами", должны поменяться местами, а водящий стремится стать на любое освободившееся место. Если ему это удаётся, то игрок, оставшийся без места, становится водящим. Если водящий скажет "жёлуди", меняются местами стоящие в тройках вторыми, если "шишки" - стоящие в тройках первыми. Когда игра освоена, водящему можно вызывать двух или даже трёх игроков в тройках, например: "шишки, орехи". Вызванные также должны поменяться местами.Побеждают игроки, которые ни разу не были водящими.**Правила игры:** 1. Вызванным запрещается оставаться на месте. 3. Игроки не могут перебегать в какую-либо другую тройку (в противном случае игрок становится водящим). |