МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТРЕСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЭРИИ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА МБОУ СОШ № 158

ВЫПИСКА

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

для обучающихся 1-4 классов

Новосибирск, 2026

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры», реализуемого с 1 по 4 класс в рамках внеурочной деятельности разработана в соответствии:

1. Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (утв. приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286).

2. Концепцией преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях РФ, реализующих основные общеобразовательные программы, была утверждена решением Коллегии Министерства просвещения РФ от 24 декабря 2018 года (протокол № ПК-1 вн).

3. Федеральной образовательной программой начального общего образования (утв. приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 372.

Цель: укрепление здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Задачи:

1. Укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению.
2. Развитие координационных, пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей.
3. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.
4. Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе игровой деятельности.
5. Воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх.
6. Развитие познавательных интересов, воображения, памяти, мышления, речи; • создание условия для проявления чувств коллективизма.
7. Обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям,

применению их в различных по сложности условиях.

Подвижные игры в рамках внеурочной деятельности в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогут предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учебы.

Подвижные игры — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Программа по учебному курсу внеурочной деятельности «Спортивные игры» формирует универсальные учебные действия у учащихся. Так как игра основной вид деятельности младшего школьника, основы здорового образа жизни воспитываются и усваиваются непосредственно через игру. Посредством игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, подвижные и спортивные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания.

Таким образом, программа направлена на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня физической подготовленности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры учащиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма - это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры - это не только важное средство воспитания, значение их шире - это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу учебного курса «Спортивные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких

свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Учебный курс внеурочной деятельности «Спортивные игры» рассчитан: 1 класс - 33 часа, в неделю -1 час 2 класс - 34 часа, в неделю - 1 час 3 класс - 34 часа, в неделю - 1 час 4 класс - 34 часа, в неделю - 1 час

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

1 класс
(33 часа, 1 час в неделю)

I. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия). Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

III. Игры.

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (13 часов).

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»; «Лягушки и цапля»; «Гуси - лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки - мышки»; Эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»; «Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (7 часов)

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2. Комплексное способностей, развитие овладение взаимодействиями. координационных и кондиционных элементарными технико-тактическими

Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты. Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты. Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Эстафеты.

Народные игры (6 часов).
Русские народные игры: «Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки мышки».

Зимние забавы (4 часа).
Зимние виды игр: «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «Метко в цель», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов». Эстафеты.

Соревнования (3 часа).
Эстафеты

2 класс
(34 часа, 1 час в неделю)

I. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия). Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

III. Игры.

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (14 часов).

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»; «Лягушки и цапля»; «Гуси - лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»;

«Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки - мышки»; Эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»; «Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (7 часов).

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2. Комплексное способностей, развитие овладение взаимодействиями. координационных и кондиционных элементарными технико-тактическими Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты. Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты. Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Эстафеты.

Народные игры (6 часов).

Русские народные игры: «Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки мышки».

Зимние забавы (4 часов).

Зимние виды игр: «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «Метко в цель», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов». Эстафеты.

Соревнования (3 часа).

Эстафеты.

3 класс
(34 часа, 1 час в неделю)

I. Основы знаний о подвижных играх (включаются во все занятия). Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и

проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта

III. Игры

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (11 часов).

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место»; «Белые медведи»; «Космонавты»; «Невод»; «Третий лишний»; «Перемена мест»; «Третий лишний»; «Вызов номеров»; «Салки с ленточками»; «Заяц без места»; «Кто обгонит»; Эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам». «Волк во рву». «Удочка» «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (10 часов).

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2. Комплексное способностей, развитие овладение взаимодействиями. координационных и кондиционных элементарными технико-тактическими

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, прием и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», эстафеты с мячом.

Народные игры (6 часов).

Русские народные игры: «Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Зимние забавы (4 часов).

«Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов». Эстафеты.

Соревнования (3 часов).

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

4 класс

(34 часа, 1 час в неделю)

I. Основы знаний о подвижных играх (включаются во все занятия). Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта

III. Игры

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (11 часов).

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», «Невод», «Третий лишний», «Перемена мест», «Третий лишний», «Вызов номеров», «Салки с ленточками», «Заяц без места», «Кто обгонит», эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка», «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений,

скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (10 часов).

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2. Комплексное способностей, развитие овладение взаимодействиями. координационных и кондиционных элементарными технико-тактическими

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, прием и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру. Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», Эстафеты с мячом.

Народные игры (6 часов).

Русские народные игры: «Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Зимние забавы (4 часов).

«Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «Метко в цель», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов». Эстафеты.

Соревнования (3 часов).

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты:

• активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения сопереживания, доброжелательности, взаимопомощи и

• проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных играх и нестандартных ситуациях;

• проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

• оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;

• понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;

• целостный, социально ориентированный взгляд на мир;

• ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;

• освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

• уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

• оценивать собственное поведение и поведение партнера;

• планировать цели и пути их достижения;

• планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

• конструктивно разрешать конфликты;

• адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

• вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;

Познавательные УУД:

• добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;

• осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;

• перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

• преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои

правила игры на основе знакомых игр;
• устанавливать причинно-следственные связи. • оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами; • видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

КОММУНИКАТИВНЫЕ УУД:
• овладение диалогической формой речи, умением вступать в речевое общение при взаимодействии со сверстниками;
• общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
• управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
• умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
• умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
• готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
• взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
• умение высказывать свое предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
• умение совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;
• допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
• умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
• умение формулировать собственное мнение и позицию.

Предметные результаты
• представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
• оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять

ошибки и способы их устранения;
• организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
• бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
• организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
• взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
• в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
• находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
• выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
• применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
• умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности обучающиеся к окончанию начальной школы должны:

иметь представление:

• о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
• о режиме дня и личной гигиене;
• о способах изменения направления и скорости движения;
• об играх разных народов;
• о разновидности подвижных игр;
• о соблюдении правил подвижных игры уметь:
• выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
• выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
• играть в подвижные и спортивные игры;
• выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
• выполнять строевые упражнения;
• соблюдать правила подвижных игр.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Учебно-тематический план
1 класс

№ п/п	Название темы (раздела)	Всего часов	Из них		Электронные ресурсы
			Теоретических	Практических	
1	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	13	3	10	https://school.nso.ru/journal-resources-action
2	Подвижные игры с элементами спортивных игр	7	2	5	https://school.nso.ru/journal-resources-action
3	Народные игры	6	1	5	https://school.nso.ru/journal-resources-action
4	Зимние забавы	4	2	2	https://school.nso.ru/journal-resources-action
5	Соревнования	3	-	3	https://school.nso.ru/journal-resources-action
		33	8	25	

Учебно-тематический план
2 класс

№ п/п	Название темы (раздела)	Всего часов	Из них		Электронные ресурсы
			Теоретических	Практических	
1	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	14	4	10	https://school.nso.ru/journal-resources-action
2	Подвижные игры с элементами спортивных игр	7	2	5	https://school.nso.ru/journal-resources-action
3	Народные игры	6	1	5	https://school.nso.ru/journal-resources-action
4	Зимние забавы	4	2	2	https://school.nso.ru/journal-resources-action
5	Соревнования	3	-	3	https://school.nso.ru/journal-resources-action
		34	9	25	

Учебно-тематический план

3 класс

№ п/п	Название темы (раздела)	Всего часов	Из них		Электронные ресурсы
			Теоретических	Практических	
1	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	11	1	10	https://school.nso.ru/journal-resources-action
2	Подвижные игры с элементами спортивных игр	10	2	8	https://school.nso.ru/journal-resources-action
3	Народные игры	6	1	5	https://school.nso.ru/journal-resources-action
4	Зимние забавы	4	2	2	https://school.nso.ru/journal-resources-action
5	Соревнования	3	-	3	https://school.nso.ru/journal-resources-action
		34	6	28	

Учебно-тематический план

4 класс

№ п/п	Название темы (раздела)	Всего часов	Из них		Электронные ресурсы
			Теоретических	Практических	
1	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	11	1	10	https://school.nso.ru/journal-resources-action
2	Подвижные игры с элементами спортивных игр	10	2	8	https://school.nso.ru/journal-resources-action
3	Народные игры	6	1	5	https://school.nso.ru/journal-resources-action
4	Зимние забавы	4	2	2	https://school.nso.ru/journal-resources-action
5	Соревнования	3	-	3	https://school.nso.ru/journal-resources-action
		34	6	28	

Календарно-тематическое планирование 1 класс

№	Тема	Дата
Раздел 1. Подвижные игры с элементами легкой атлетики. (13 ч.)		
1	Подвижные игры «Совушка», «Кто скорее соберется».	
2	Подвижные игры «Салки», «Лягушка и цапля».	
3	Подвижные игры «Гуси- лебеди», «Перемена мест».	
4	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза».	
5	Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка».	
6	Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения».	
7	Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята».	
8	Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда».	
9	Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки».	
10	Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор».	
11	Подвижная игра «Кошки- мышки».	
12	Эстафеты.	
13	Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	
Раздел 2. Зимние забавы. (4 ч.)		
14	Подвижные игры «Снежки».	
15	Подвижные игры «Не пропусти шайбу», «Метко в цель».	
16	Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники».	
17	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты.	
Раздел 3. Народные игры. (6 ч.)		
18	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	
19	Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок».	
20	Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки».	
21	Подвижные игры «Золотые ворота», «Змейка».	
22	Подвижные игры «Цепи кованные», «Вышибало».	
23	Подвижные игры «Салки», «Капканы».	
Раздел 4. Подвижные игры с элементами спортивных игр. Соревнования. (10 ч)		
24	Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему».	
25	Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч».	
26	Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки».	
27	Удар по неподвижному и катящемуся мячу.	
28	Ведение и остановка мяча.	
29	Эстафеты.	
30	Соревнование по подвижной игре «Снайпер».	
31	Эстафеты с мячами.	
32	Встречные эстафеты.	
33	Комбинированные эстафеты.	
Итого: 33 часа		

Календарно-тематическое планирование 2 класс

№	ТЕМА	Дата
Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики. (14 ч)		
1	Подвижная игра «Кто дальше бросит»	
2	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	
3	Подвижные игры «Лиса и куры», Прыжки по полосам».	
4	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза».	
5	Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка».	
6	Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения»	
7	Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята».	
8	Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда».	
9	Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки».	
10	Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор».	
11	Подвижная игра «Кошки- мышки».	
12	Эстафеты.	
13	Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	
14	Подвижная игра «С кочки на кочку», эстафеты с прыжками.	
Раздел 2. Зимние забавы. (4 ч)		
15	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки».	
16	Подвижные игры «Не пропусти шайбу», «Метко в цель».	
17	Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники».	
18	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты.	
Раздел 3. Народные игры. (6ч)		
19	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	
20	Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок».	
21	Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки».	
22	Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера».	
23	Подвижные игры «Цепи кованные», «Вышибало».	
24	Подвижные игры «Салки», «Капканы».	
Раздел 4. Игры с элементами спортивных игр. Соревнований. (10 ч)		
25	Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему».	
26	Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч».	
27	Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки».	
28	Удар по неподвижному и катящемуся мячу.	
29	Ведение и остановка мяча.	
30	Подвижная игра «У кого меньше мячей»	
31	Соревнование по подвижной игре «Снайпер».	
32	Эстафеты с мячами.	
33	Встречные эстафеты.	
34	Комбинированные эстафеты.	
Итого: 34 часа		

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№	Тема	Дата
Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики. (11 ч)		
1	Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи».	
2	Подвижные игры «Космонавты», «Невод»	
3	Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест».	
4	Подвижная игра «Вызов номеров».	
5	Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места».	
6	Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты.	
7	Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву».	
8	Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку».	
9	Эстафеты с прыжками.	
10	Подвижная игра «Кто дальше бросит».	
11	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	
Раздел 2. Народные игры. (6 ч)		
12	Подвижные игры «Колечко», «Ручеек».	
13	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	
14	Подвижные игры «Чехарда» «Кошки- мышки».	
15	Подвижные игры «Цепи кованные», «Вышибало».	
16	Подвижные игры «Ноги выше земли».	
17	Подвижные игры «Смелые ребята».	
Раздел 3. Зимние забавы. (4 ч)		
18	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу».	
19	Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне».	
20	Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист».	
21	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты.	
Раздел 4. Игры с элементами спортивных игр. Соревнования. (13 ч)		
22	Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах.	
23	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	
24	Броски в цель.	
25	Подбрасывание и подача мяча.	
26	Прием и передача мяча в волейболе.	
27	Удары и остановка мяча ногой.	
28	Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.	
29	Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени».	
30	Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель».	
31	Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки».	
32	Соревнование по дартсу.	
33	Соревнование по подвижной игре «Пионербол».	
34	Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты смячом.	
		Итого: 34 часа

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№	Тема	Дата
Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики. (11 ч)		
1	Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи».	
2	Подвижные игры «Космонавты», «Невод».	
3	Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест».	
4	Подвижная игра «Вызов номеров».	
5	Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места».	
6	Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты.	
7	Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву».	
8	Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку».	
9	Эстафеты с прыжками.	
10	Подвижная игра «Кто дальше бросит».	
11	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	
Раздел 2. Народные игры. (6ч)		
12	Подвижные игры «Колечко», «Ручеек».	
13	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	
14	Подвижные игры «Чехарда» «Кошки- мышки».	
15	Подвижные игры «Цепи кованные», «Вышибало».	
16	Подвижные игры «Ноги выше земли».	
17	Подвижные игры «Смелые ребята».	
Раздел 3. Зимние забавы. (4 ч)		
18	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу».	
19	Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне».	
20	Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист».	
21	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты.	
Раздел 4. Игры с элементами спортивных игр. Соревнования (13 ч)		
22	Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах.	
23	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	
24	Броски в цель.	
25	Подбрасывание и подача мяча.	
26	Прием и передача мяча в волейболе.	
27	Удары и остановка мяча ногой.	
28	Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.	
29	Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени».	
30	Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель».	
31	Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки».	
32	Соревнование по дартсу.	
33	Соревнование по подвижной игре «Пионербол».	
34	Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты с мячом	
		Итого: 34 часа

Описание игр и эстафет.

«Салки». Играющие разбегаются по площадке (она должна быть ограничена линиями), а водящий ловит их. Пойманный становится водящим. При большом количестве играющих можно выделить двух-трех водящих. В дальнейшем игру можно усложнить, оговорив способ передвижения. Например, игрокам разрешается передвигаться только спиной к щиту, на половине поля которого они находятся, т. е. бегать и ходить спиной вперед, приставными шагами, боком.

«Вызов номеров». Играющих делят на две команды, которые выстраиваются в две колонны у лицевой линии. Команды рассчитываются по порядку. Каждый игрок запоминает свой номер. На средней линии напротив каждой колонны ставят булавы. Педагог называет один из номеров. Игроки обеих команд, стоящие под этим номером, бегут до булав, обегают их и возвращаются обратно. Победитель приносит своей команде очко. Игра продолжается до тех пор, пока не будут вызваны все номера. Команда, набравшая наибольшее количество очков, побеждает. Можно усложнить игру, если предложить игрокам бежать спиной вперед, боком, приставными шагами или поставить на пути препятствия.

«Пустое место». Играющих выстраивают в круг, руки за спиной. Водящий бежит за кругом и дотрагивается до руки одного из играющих. Игрок, до которого дотронулся водящий, бежит в обратную сторону, стремясь быстрее водящего занять свое место. Кто из бегущих останется без места, тот и становится водящим.

«Команда быстроногих». Играющие образуют четыре команды, стоящие в колоннах по одному перед линией старта. В 10-15 м от линии старта чертят кружки, в которые кладутся кубики. По сигналу педагога первые четверо бегут к кубикам, берут их, ударяют о пол и возвращаются на свое место. Игрок, прибежавший первым, получает 4 очка, вторым - 3 очка, третьим - 2 очка и четвертым - одно очко. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.

«День и ночь». Играющих делят на две команды, которые становятся в две шеренги у средней линии площадки спиной друг к другу на расстоянии 2 *м.* Одна команда - «день», другая - «ночь». Педагог называет ту или иную команду неожиданно. Если он говорит «ночь», то эта команда убегает, а команда «день» догоняет ее. Затем подсчитывают осаленных, и все игроки становятся на свои места. Очередность вызовов команд не соблюдают, но число вызовов должно быть одинаковым. Выигрывает команда, осалившая больше игроков. Исходное положение можно менять: стоя лицом, боком друг к другу и т. д.

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

Выигрывает команда, закончившая игру раньше.

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

«Круговая охота». Игроки, распределенные на две команды, образуют два круга - внешний и внутренний. По сигналу педагога игроки начинают двигаться приставными шагами или скачками в разные стороны. По второму сигналу игроки внешнего 1 круга разбегаются, а игроки внутреннего круга стараются их поймать.

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

Руководитель указывает на кого-либо из играющих, и тот подходит к водящему, слегка дотрагивается до его плеча, подаёт голос какого-либо животного или называет его по имени, изменив свой голос.

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

Побеждает тот, кто ни разу не был водящим.

Водящий не должен раньше времени открывать глаза. 2. Голос подаёт только тот, на кого укажет руководитель. 3. Первый водящий не считается проигравшим.

***«Караси и щука*.** На одной стороне площадки находятся "караси", на середине "щука".

Содержание игры. По сигналу "караси" перебегают на другую сторону. "Щука" ловит их. Пойманные "караси" (четыре-пять) берутся за руки и, встав поперёк площадки, образуют сеть.

Теперь "караси" должны перебегать на другую сторону площадки через сеть (под руками). "Щука" стоит за сетью и подстерегает их. Когда пойманных "карасей" будет восемь-девять, они образуют корзины - круги, через которые нужно пробегать. Такая корзина может быть и одна, тогда её изображают, взявшись за руки, 15-18 участников. "Щука" занимает место перед корзиной и ловит "карасей".

Когда пойманных "карасей" станет больше, чем непойманных, играющие образуют верши - коридор из пойманных карасей, через который пробегают непойманные. "Щука", Находящаяся у выхода из верши, ловит их.

Победителем считается тот, кто остался последним. Ему и поручают роль новой "щуки".

Игра начинается по сигналу руководителя. Все "караси" обязаны при

перебежке пройти сеть, корзину и верши. Стоящие не имеют права задерживать их. Игроки, образующие корзину, могут поймать "щуку", если им удастся закинуть сплетенные руки за спину "щуки" и загнать её в корзину или захлопнуть верши. В этом случае все "караси" отпускаются, и выбирается новая "щука".

«Белый медведь» Площадка представляет собой море. В стороне очерчивается небольшое место - льдина. На ней стоит водящий - "белый медведь". Остальные "медвежата" произвольно размещаются по всей площадке.

Медведь" рычит: "Выхожу на ловлю!" - и устремляется ловить "медвежат". Сначала он ловит одного "медвежонка" (отводит на льдину), затем другого. После этого два пойманных "медвежонка" берутся за руки и начинают ловить остальных играющих. "Медведь" отходит на льдину. Настигнув кого-нибудь, два "медвежонка" соединяют свободные руки так, чтобы пойманный очутился между руками, и кричат: "Медведь, на помощь!" "Медведь" подбегает, осаливает пойманного и отводит на льдину. Следующие двое пойманных также берутся за руки и ловят "медвежат". Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все "медвежата". Последний пойманный становится "белым медведем".

Побеждает последний пойманный игрок.

"Медвежонок" не может выскальзывать из-под рук окружившей его пары, пока не осалил "медведь". 2. При ловле запрещается хватать играющих за одежду, а убегающим выбегать за границы площадки.

« Два Мороза». На противоположных сторонах площадки отмечаются два города. Играющие, разделившись на две группы, располагаются в них. В середине площадки помещаются "братья Морозы": "Мороз Красный Нос" и "Мороз Синий Нос"

По сигналу руководителя они обращаются к играющим со словами:

Мы -два брата молодые,
Два Мороза удалые:
Я - Мороз Красный Нос,
Я - Мороз Синий Нос.
Кто из вас решится
В путь-дороженьку пуститься?
Ребята хором отвечают:
Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз! -

и начинают перебегать из одного города в другой. "Морозы" их ловят. Тот, кого им удастся запятнать, считается замороженным. Он остаётся на том месте, где был пойман, и должен с распростёртыми руками преграждать путь играющим при следующих перебежках. Когда замороженных окажется так много, что пробегать станет трудно, игра прекращается.

Победителями считаются те, кого ни разу не заморозили. Начинать бег можно только после окончания речитатива. Осаливание за линией города не считается. 3. Осаленных ребят можно выручить: для этого

остальные играющие должны коснуться их рукой.

«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. Водящие поворачиваются лицом к мячу.

По сигналу руководителя играющие начинают перекатывать мяч по полу, стараясь задеть им ноги водящих. Водящие бегают от мяча в кругу, подпрыгивают, спасаясь от него. Если кому-нибудь из играющих удастся попасть мячом в ноги водящего, он занимает его место, а бывший водящий становится в круг.

Выигрывают те, кто ни разу не были водящими. Первые водящие не считаются проигравшими. Игра начинается по сигналу. Осаленный по ногам водящий сразу же идёт на место осалившего его. Осаливать можно не выше коленей. Первый водящий не считается проигравшим.

«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 (1х1 м). По команде первые в каждой колонне встают на линию метания и бросают теннисный мяч в щит. Метают три мяча подряд. То же выполняют остальные. За каждое попадание в цель начисляют пять очков. Побеждает команда, набравшая больше очков.

«Гонка мячей над головой, сидя в колоннах». Две- четыре равные команды выстраивают в колонну по одному. Играющие садятся на пол. У первых игроков в руках мяч. По сигналу играющие передают его над головой прямыми руками. Последний игрок, получив мяч, встает, бежит вперед, садится перед колонной и передает мяч тем же способом. Когда игроки, начавшие передачу первыми, снова окажутся впереди своих команд, они поднимают мяч вверх. Побеждает команда, закончившая игру первой.

«Подвижная цель». Все играющие встают за линией круга. В центре круга водящий. У одного из игроков мяч. Он бросает его в водящего (в ноги). Каждый игрок, поймавший мяч, в случае промаха тоже выполняет бросок. Попавший игрок становится водящим.

«Мяч соседу». Играющие стоят в кругу на расстоянии 1 м один от другого. У двух игроков, стоящих на двух противоположных сторонах круга, по волейбольному мячу. По сигналу играющие начинают передавать мячи друг другу вправо или влево так, чтобы один мяч догнал другой. Проигрывает игрок, у которого окажутся два мяча. Играют 3-4 мин., после чего отмечают игроков, которые лучше передавали мяч. Эту игру можно проводить в шеренгах, передавая мяч перед собой, или в колоннах, передавая мяч над головой и под ногами. В этом случае игру проводят как эстафету. Побеждает команда, быстрее всех закончившая передачу.

«Передал - садись». Играющих выстраивают в две-три колонны. Перед ними на расстоянии 2-4 *м* встают капитаны с мячами в руках. По сигналу капитаны передают мяч двумя руками от груди (или одной рукой от плеча): первым игрокам в колонне, которые ловят его, возвращают тем же способом обратно и принимают положение упора присев. Затем следуют передачи вторым игрокам и т. д. Когда последний в колонне передает мяч капитану, тот

поднимает его вверх и вся команда быстро встает. Команда, сделавшая это раньше, побеждает.

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

«Бросай-беги». Играющие стоят в двух разомкнутых на 3-4 шага шеренгах. Одна шеренга рассчитывается на первый-второй, а другая - на второй-первый. Первые номера - одна команда, вторые - другая. У края каждой шеренги лежат мячи. По сигналу крайние игроки берут мяч, передают его по диагонали игроку своей команды, стоящему напротив, и сами бегут вслед за 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, обегая противоположную колонну, на место игрока, начавшего передачу первым, и передают мяч по диагонали напротив, т. е. игра начинается сначала. Игра заканчивается, когда игроки, начавшие передачу первыми, вернутся на свои места. Команда, сделавшая это первой, побеждает.

«Не давай мяча водящему». Все играющие образуют круг, В середине круга два-три водящих. Игроки начинают передавать мяч друг другу, а водящие пытаются перехватить его. Если одному из них это удается, то водящим становится игрок, делавший последнюю передачу.

«Мяч среднему». Играющих делят на две команды, которые образуют два круга. В центре каждого круга становится игрок с волейбольным мячом. По сигналу игроки в центре поочередно бросают мяч своим игрокам и получают его обратно. Получив мяч от последнего, игрок в центре поднимает его вверх. Команда, уронившая мяч меньшее число раз, побеждает. Затем в центр становится другой игрок. Можно ввести дополнительное упражнение: игрок, получивший мяч от центрового, сначала должен ударить мячом о пол и только после этого передать мяч обратно.

«Охотника и утки». Играющие в двух командах. «Охотники» образуют круг. Перед ними проводят черту, за которую переступать нельзя. «Утки» произвольно располагаются внутри круга. По сигналу охотники, перебрасывая мяч, стараются неожиданно бросить мячом в уток. Осаленная мячом утка выбывает из игры. Когда все утки осалены, учитель отмечает затраченное время. Затем играющие меняются ролями. Выигрывает команда, которая быстрее осалила всех уток.

«Гонка мячей по кругу». Две команды играющих образуют два круга. Игроки в кругу становятся на расстоянии вытянутых рук и рассчитываются на первые и вторые номера. Первые номера - одна команда, вторые - другая. Назначаются капитаны, им дают по мячу. По сигналу один капитан начинает передавать мяч вправо, другой влево от себя своим ближайшим игрокам. Мячи передают по кругу, пока они не возвратятся к капитанам. Выигрывает команда, закончившая передачу первой.

«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, а те дальше. Последние игроки в шеренгах, получив мячи, бегут и становятся впереди своих шеренг, затем начинают передавать мяч своим
соседям и т. д. Когда игроки, начинавшие гонку мячей, окажутся снова на своем месте, они поднимают мяч вверх. Команда, сделавшая это раньше, побеждает.

«Встречная эстафета с мячом». Играющих делят на две команды и выстраивают в колоннах. Каждую колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга на расстоянии 12-15 м. У первых двух игроков по мячу. По сигналу они передают мяч игроку в противоположную группу, а сами становятся в конец своих колонн. Выигрывает команда, быстрее закончившая передачу.

В этой игре возможны варианты: после передачи бежать в противоположную группу и там встать в конец колонны; передавать мяч одной рукой, с отскоком от пола; вместо передачи вести мяч и передавать мяч после остановки перед игроком, стоящим напротив.

«Эстафета с ведением мяча» Играющие в двух колоннах, выстраиваются параллельно друг другу у лицевой линий. По сигналу первые ведут мяч вперед до противоположной стороны (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 конец колонны. Команда, закончившая ведение быстрее, выигрывает. Можно на пути ведения расставить булавы, тогда игроки должны вести мяч, обводя их.

«Бомбардировка». Играющих делят на две равные команды. На каждой половине поля параллельно лицевой линии на расстоянии 2-3 м от нее проводят линию города. Команды получают по 8-10 булав и расставляют их произвольно в своем городе. Игроки размещаются на своей половине площадки между средней линией и линией города. Каждой команде дают по два волейбольных мяча. По сигналу играющие бросают мячи, стараясь сбить булавы. Каждая команда старается перехватить мячи, которые бросает команда противника. Сбитые булавы убирают. Играют 5-8 мин. Побеждает команда, сбившая большее количество булав. Вбегать в свой город для защиты булав запрещается.

«Перестрелка». Играют две команды на площадке не менее 6х12 м. Посредине площадки проводят линию. Параллельно лицевым линиям в 1-1,5 м от них проводят линии «плена», образуя «коридор плена». Команды размещаются на своей половине поля от средней линии до линии плена. Педагог подбрасывает мяч между капитанами на средней линии. Каждый из них старается отбросить мяч своим игрокам. Получив мяч, игрок бросает его в противника. Осаленные мячом игроки идут за линию плена к противоположной команде. «Пленный» находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросят ему мяч), после этого он возвращается в свою команду. Пленный должен поймать мяч с воздуха, вернуть мяч в свою команду и только после этого вернуться сам. Играют 10-15 мин. За каждого

пленного команда получает очко. Можно играть до тех пор, пока, одна из команд не пересалит всех игроков противника.