

## **Тема: Методика проведення рухливих ігор в позаурочний час**

### **План:**

1. Методика проведення ігор на перервах.
2. Особливості проведення ігор на шкільному святі.
3. Використання ігор в групах подовженого дня.
4. Вимоги до організації змагань з рухливих ігор.
5. Особливості виконання рухливих ігор в шкільному колективі фізичної культури.
6. Правила застосування ігор в оздоровчому таборі.

Рухливі ігри займають велике місце в позаурочній виховній та оздоровчій роботі з учнями, особливо молодшого і середнього шкільного віку. Вони проводяться на перервах, шкільних святах, під час екскурсій та прогулянок. Також спеціально організуються та проводяться змагання з рухливих ігор між класами й школами.

Рухливі ігри, які проводяться з учнями в позаурочний час, повинні допомагати в рішенні оздоровчих задач. Учні віднесені за станом здоров'я до першої і другої медичних груп, допускаються до занять з усіма видами ігор. Школярам з захворюванням серця, розладом нервової системи в іграх з тривалим неперервним бігом, силовими напруженнями, неперервними стрибками та іншими інтенсивними діями брати участь можна з обмеженням. Таким учням надається така роль у грі, яка буде їм по силах (рахування балів, спостереження за виконанням правил, суддівство і т. і.).

До ігор, які проводяться в позаурочний час, учні заохочуються на добровільних засадах. Керують підготовкою і проведенням ігор вчителі, вихователі, вожаті і старші учні.

Позашкільні заняття рухливими іграми повинні допомагати загальному фізичному розвитку учнів, закріпленню і вдосконаленню матеріалу, який вони пройшли на уроках фізичної культури, а також вихованню навичок і якостей, необхідних для оволодіння і здачі норм комплексу державних тестів. Окрім того, вони сприяють загальновиховним задачам: дають можливість вчителю, вожатому краще пізнати своїх дітей, сприяють вихованню у дітей сміливості, спритності, товариства, організованості та іншим якостям морально-вольового характеру.

**Методика проведення ігор на перервах.** Ігри, які проводяться на перервах, мають виховне і гігієнічне значення.

Після тривалого (особливо для молодших школярів) статичного положення і напруженої роботи у класі учням потрібен активний відпочинок.

Рухливі ігри викликають у дітей позитивні емоції, стимулюють їх рухову активність. У граючих збуджуються ті нервові центри, які при заняттях у класі були загальмовані. Таке переключення роботи нервових центрів дозволяє учням відпочити і легше сприймати учбовий матеріал на наступному уроці.

Для організації та проведення гри необхідно не менше 8-10 хв. Тому вони зазвичай проводяться на великій перерві.

Учні проводять ігри самостійно, а також під керівництвом класних керівників, вчителів фізичної культури. За самостійними іграми школярів повинні спостерігати дорослі.

З іграми які рекомендовані для перерв, викладач фізичної культури, має познайомити вчителів та учнів.

Ігри між уроками проводять на шкільному майданчику, взимку – в добре провітреній залі, широкому коридорі. Оскільки на перерві збираються учні різних класів, ігри на перерві повинні бути простими за змістом, доступними школярам різного віку і тривати короткий час.

Не можна проводити на перервах ігри, які сильно збуджують або втомлюють учнів. Так, не бажано проводити змагальні ігри з розподілом учасників на команди, тому що їх дуже важко організувати і вони можуть негативно вплинути на увагу учнів на наступному уроці. Змагання можна проводити тільки парні, в яких будь-який бажуючий виходить в намальоване коло помірятися силою, спритністю, кмітливістю з іншими. До таких відносять ігри “Бій півнів”, “Часові і розвідники” та ін.

Із групових ігор бажано використовувати такі, в яких в будь-який час можливо вийти з гри і ввійти у гру, не порушуючи її хід (“Порожнє місце”, “Хто підходив?”, “Вовк у яру” та ін. ).

На перервах можна проводити ігри-атракціони. В них приймають участь 1-2 особи, інші активно спостерігають. Учасники кожного атракціону швидко міняються, в результаті чого за 8-12 хв. в ньому беруть участь декілька десятків чоловік. За змістом ігри-атракціони повинні бути різноманітними, вимагаючими швидкості і спритності, влучності, орієнтування у просторі та ін.

Треба відбирати атракціони, які вимагають мало місця, прості за змістом їх можна проводити одночасно в різних місцях зали, майданчику. Хто-небудь з дорослих повинен спостерігати за виконанням завдання і встановлювати чергу.

З учнями 1-2 класів на перервах можна проводити ігри з речитативом, співом, ритмічною ходьбою під речитатив чи спів, з угадуванням. В основному проводяться малорухомі ігри.

Хлопчики середнього і старшого віку люблять мірятися силами. З силових для перерви найбільше зручні такі ігри як, “Перетягування в парах”, “Тягни в коло”, “Бій півнів” та ін.

На перерві можна організувати малорухомі ігри з почерговою участю в дії: “Порожнє місце”, “До своїх прапорців”, “Хто підходив?”, “Другий чи третій зайвий” та ін. Не рекомендовано проводити ігри з м'ячем, тому що вони вносять безлад і збуджують дітей.

Бажано одночасно організувати декілька ігор в різних місцях, щоб учні могли вибрати собі більш цікаву.

Ігри треба закінчувати до дзвоника на урок за наказом чергового вчителя, щоб учні змогли організовано ввійти до класу і підготуватися до заняття.

Можна використовувати рухливі ігри, засвоєні учнями на уроках з фізичної культури. До таких ігор можна віднести для учнів 1-2-х класів: “Відгадай, чий голосок”, “Хто підходив?”, “До своїх прапорців”, “Порожнє місце”, “Горобці, які стрибають, «Зайці у городі», “Заборонений рух” та ін.; для учнів 3-4х класів:

”Група, струнко”, “Бій півнів”, “Вартові і розвідники”, “Вудка з вибуванням”; для учнів 5-8-х класів: ”Перетягування в парах”, “Тягни в коло”, “Заборонений рух”, “Палка що падає”, “Другий чи третій зайвий”, “Дзига” (на зимовому майданчику).

**Ігри на шкільному святі.** Рухливі ігри, які використовують на шкільних святах і вечорах, організують дітей, створюють у них бадьорий, веселий настрій.

На святі звичайно буває багато дітей, тому рекомендовано використовувати масові ігри, бажано з музичним супроводом. Ігри під музику проходять веселіше, їх легше організувати та проводити.

Окрім масових ігор можна проводити ігри-атракціони, причому краще до початку основного заходу (концерту, спектаклю). Ігри-атракціони сприяють організації школярів на святі. Масові ігри і танці рекомендовано проводити після основного заходу. Одночасно з ними можна організувати ігри-атракціони в класних кімнатах і коридорах, щоб діти, які не цікавляться масовими іграми та танцями, змогли перевірити свою силу, спритність, влучність у тому чи іншому атракціоні.

Для старших школярів в іграх-атракціонах можна організувати змагання на кращих “троеборців” або “п’ятиборців”. З цією метою підбирають 3 або 5 атракціонів, різних за змістом, вимагаючих прояву сили або влучності, спритності, рівноваги або вміння орієнтуватися у просторі. Бажаючі бути “троеборцями” або “п’ятиборцями” повинні обов’язково прийняти участь у всіх атракціонах. Переможців об’являють кращими “троеборцями” або “п’ятиборцями” і нагороджують.

На святах для школярів середніх і старших класів можна організувати змагання у виді ігор - поєдинків (двоє бажаючих міряються силою, спритністю, влучністю і т. і.). такі змагання рекомендовано організовувати в перервах між масовими іграми і танцями.

Свято може бути присвячене змаганням з рухливих ігор. Популярні такі змагання як “веселі старты”, “роби з нами, роби як ми, роби краще за нас” та інші. Враховуючи, що безпосередню участь в змаганнях приймає невелика кількість учасників, можна організувати масові змагання з рухливих ігор, які не потребують підготовки і тренування, використовуючи для цього масові ігри чи ігри-атракціони.

На святі у школі-інтернаті краще проводити ігри, які не потребують попередньої підготовки. До участі в них повинні бути задіяні всі діти: одні готуватимуть інвентар для атракціонів (мішечки з горохом, маски, плакати), інші-нагороди переможцям атракціонів, треті готуються до проведення ігор.

**Ігри в групах подовженого дня.** В групах подовженого дня, а також в школах-інтернатах разом з іншими оздоровчими заходами використовуються різноманітні рухливі ігри. В них беруть участь учні молодших і середніх класів. Вони проводяться під керівництвом вихователів, а також самостійно, але обов’язково під наглядом.

Ігри- активний відпочинок школярів після учбових занять. В режимі подовженого дня вони є складовою частиною фізкультурно-оздоровчої роботи,

яка проводиться в школі. Ігри направлені на укріплення здоров'я і загартування учнів, на виховання морально-вольових і фізичних якостей, на формування у дітей організаторських навичок по застосуванню ігор.

Рухливі ігри проводяться кожен день під час прогулянок на свіжому повітрі, а в погану погоду в добре провітреному.

З молодшими школярами можна грати до 2 годин (до приготування уроків і після), з підлітками-до години в день. Підлітки грають під час прогулянки до приготування уроків.

Ігри в групах подовженого дня і в школах-інтернатах повинні задовольняти потребу школярів в рухах та забезпечувати активний відпочинок після навчання.

В групах (класах) вихователі проводять ігри, добре знайомі дітям (“Салки” в різних варіантах, “Схованки”), а також знайомлять їх з новими цікавими іграми, які не входять в програму з фізичної культури. Рекомендовано використовувати національні ігри і ігри, пройдені учнями на уроках з фізичної культури.

Плануючи заняття з іграми, вихователь враховує календар спортивно-масових заходів в школі і допомагає учням готуватися до змагань, до здачі державних тестів. Крім того, він готує актив до проведення ігор на шкільних святах.

Школярі беруть участь в іграх за власним бажанням.

Годинне заняття іграми не повинно бути додатковим заняттям з фізичної культури.

Якщо ігри проводяться організовано, вихователь повинен намітити попередній план занять, продумати кожен гру, підготувати майданчик, інвентар, залучаючи до цього учнів.

За годину можна провести від 2 до 5 ігор. Це залежить від їх характеру, методики проведення, а також від складу тих, хто займаються та їх настрою. Якщо дітям гра не сподобалась або якщо вона не достатньо організовано проходила, то час, відведений на неї, краще скоротити. Якщо ж вона захопила учнів, можна її продовжити.

З учнями 1-3-х класів заняття рекомендовано починати з малорухомої гри, яка вимагає уваги, щоб організувати дітей і поступово захопити в активні дії. Такими іграми можуть бути “Хто підходив?”, “Група, струнко”, “Заєць без лігва”, “Порожнє місце” та інші. Потім проводяться 1-2 більш інтенсивні і складніші за структурою ігри (“Гуси-лебеді”, “Вовк в яру”, “Влучно в ціль”, “День і ніч”). По закінченні проводиться малорухома гра, яка вимагає уваги (“Хто підходив?”, “Група, струнко!”, “Палка, що падає”).

Якщо проводяться дві гри за активною участю всіх граючих, бажано, щоб ігри були різні за характером і за рухами. Наприклад, перша гра переважно з бігом (“Салки”, “Естафети з бігом”), друга-стрибків (“Вудка”, “Човник”).

З школярами 4-6-х класів, протягом години проводять 2-3 гри. Першою повинна бути малорухома гра, яка дозволяє організувати учнів, зосередити їх увагу (“Палка, що падає”, “Група, струнко!”, “Два табори”), другою-інтенсивна гра, що потребує проявів швидкості, спритності, сили (естафети з різноманітними завданнями, “Виштовхування з кола”, “Перестрілка” та інші,

які готують до спортивних). Закінчувати заняття рекомендовано відносно спокійною грою на увагу, орієнтування, швидкість зупинення. Потім розібрати гру, поведінку окремих гравців в іграх, пояснити тактику гри та ін.

Якщо стоїть завдання підготувати підлітків до спортивних ігор, то спочатку дозволяється провести рухливу гру з елементами техніки і тактики тієї спортивної гри, до якої треба готувати. Наприклад, гра “Не давай м’яча гравцю, що водить” є підготовчою до ручного м’яча чи баскетболу. Після підготовчої гри проводиться спортивна гра за спрощеними правилами.

Якщо бажаючих грати багато, необхідно розділити їх на 2-3 групи і в кожній проводити ігри самостійно під наглядом вихователя.

Схема побудови заняття варіюється в залежності від задач які поставлені, складу учнів та умов проведення.

Дозволяється організувати ігри з інвентарем, ігротеки, тоді граючі об’єднуються в невеличкі групи або грають самостійно, тренуючись у стрибках, метаннях, бігу. В такому занятті вихователь спостерігає за граючими і направляє їх поведінку.

**Змагання з рухливих ігор.** З рухливих ігор проводяться змагання, як і з спортивних. Вони сприяють підготовці до занять спортом. В чітко організованих змаганнях діти загартовуються, в них виховуються цінні морально-вольові якості і навички.

Змагання організовуються в школах, оздоровчих таборах та інших позашкільних закладах під керівництвом вчителів, вихователів, вожатих, старших товаришів. Змагаються класи, близькі за віком, загони в оздоровчих таборах (молодші окремо від старших). Змагання проводяться на першість школи, оздоровчого табору, району, міста. Для цього використовують наступні ігри: “Естафети з подоланням різноманітних перешкод”, “Перестрілки”, “Піонербол” та інші.

Змагання з рухливих ігор сприяють вихованню організаторів-вожаків ігри допомагають втілювати ігри в побут. В деяких іграх до дітей приєднуються дорослі-батьки, шефи. Звісно, при цьому кожен, згідно правил, виконує завдання, відповідне до їх можливостей.

Не занижуючи значення змагань з окремих ігор, які організувати значно легше, відмітимо, що найбільш цінні в педагогічному відношенні змагання з цілого комплексу рухливих ігор. В комплекс підбираються рухливі ігри з різноманітною руховою діяльністю, тактичними діями, які потребують проявів різних морально-вольових і фізичних якостей. Такі змагання потребують від учасників всебічної підготовленості і, в свою чергу, сприяють фізичному розвитку.

В 70-х роках в Білорусії почали проводити комплексні змагання з рухливих ігор під назвою “Спортландія” (країна спорту, країна спритних і кмітливих, вмілих і життєрадісних). Приблизно в цей час в Волгограді з’явилися змагання з рухливих ігор під назвою “Веселі старты”, які широко розповсюдились по всій країні.

Змагання з рухливих ігор активізують позакласну спортивно-масову роботу, сприяють вихованню організаторів ігор, суддів, помічників викладачів фізичної

культури в школі, помічників вожатих в оздоровчому таборі, розвивають у дітей особисту ініціативу, збагачують їх творчість, виховують звичку до регулярних занять фізичними вправами. Діти в доступній їм формі знайомляться з основами техніки різноманітних видів спорту.

Позитивний виховний вплив на дітей оказують ті змагання, методика яких сумлінно продумана. В зв'язку з цим треба завчасно готувати положення про змагання, залучати до їх організації і проведення досвідчених педагогів, методистів, вихователів, вожатих, а також актив помічників з учнів.

Для проведення змагань в школі утворюється штаб, під керівництвом директора школи. До штабу входять представники міськвно, директори окремих шкіл, викладачі фізичної культури, актив дітей.

Штаб розроблює положення про змагання: визначає мету та завдання, керівників, склад учасників, час і місце проведення, затверджує суддівську колегію, до якої можуть входити працівники фізичної культури, ведучі спортсмени, ветерани спорту, представники відділів народної освіти.

Штаб затверджує програму змагань, костюми учасників змагань, емблему змагань, готує плакати, дипломи, медалі учасникам, встановлює нагороди переможцям на різних етапах змагань, пам'ятні подарунки, почесні грамоти, перехідні призи, дипломи тощо.

Найчастіше за все в цих змаганнях використовуються ігри-естафети, які допомагають учням готуватися до здачі державних тестів.

Завдання можуть бути різноманітними: пробігти, проскакати, проповзти дистанцію, подолати перешкоди на дистанції (перелізти через колоду, залізи на канат, на гімнастичну стінку, пролізти через обруч, трубу тощо). В ігри-змагання включають гімнастичні, акробатичні, легкоатлетичні та інші вправи, які включені до програми з фізичного виховання для загальноосвітніх шкіл, або вправи, які підводять до окремих видів спорту.

В змагання також включають ігри з програми з фізичної культури для різних класів, ігри популярні серед учнів, забуті національні ігри, ігри які склали самі учні чи розробили разом з вчителями. Зі шкільної програми, наприклад, можна використовувати з молодшими школярами ігри "Вовк у яру" (розділити дітей на дві команди і вести підрахунок гравців, яких упіймали за 2-3 перебіжки), "Влучно в ціль", "Вартові і розвідники" (з обов'язковою зміною ролей), "Мисливці і качки" (за встановлений час зі зміною ролей) та інші.

Змагання проводяться поетапно: спочатку по класах, групах. Змагаються учні 7-8, 9-11, 12-14 років. Команда, яка виграла в класі, змагається з командами паралельних класів. Потім проводяться змагання між різними класами, при цьому учасникам різного віку надаються різні завдання, а в деяких іграх різні завдання надаються хлопчикам і дівчаткам. Відбираються гравці для збірної команди школи, які беруть участь в змаганнях між школами. Далі можна провести змагання кращої збірної команди однієї школи міста з збірною командою іншого міста.

Також поетапно проводяться змагання і в оздоровчому таборі: спочатку між групами, потім між загонами на першість табору. Після цього проводять змагання збірних команд різних таборів.

На першому етапі в команді може бути від 5 до 10 учасників, на заключному – до 24.

В змаганнях можуть брати участь учні всіх класів. Завдання і ігри повинні відповідати їх віковим особливостям, а також фізичному розвитку. Слід враховувати також різні інтереси та фізичні можливості хлопчиків і дівчаток підліткового віку.

Дозволяється використовувати різні ігри для хлопчиків і дівчаток або об'єднувати їх в одній команді (що педагогічно більш цінно), але давати їм різні завдання. Так, хлопчики в естафеті ведуть м'яч ногою, а дівчатка ведуть його руками, вдаряючи об підлогу.

Якщо в естафеті беруть участь учні різних класів, то молодшим дають легші завдання. В одній і тій же естафеті можуть бути різні завдання, але вони повинні бути однаковими для кожної команди. Наприклад, учасники молодших класів в естафеті можуть добігти до гімнастичної стіни, торкнутися її рукою і повернутися назад, учні середнього шкільного віку – на цій же дистанції зробити кувирок, добігти до стіни, піднятися по ній, зістрибнути вниз і, повертаючись назад, прострибати на одній нозі. Старшим школярам можна запропонувати проповзти по-пластунськи, залізити по дробині на руках і таким чином злізти.

Змагання проводяться за олімпійською системою: команда яка програла, вибуває. З командами, які прогнали, можна провести “втішні” ігри.

За перемогу в кожній грі команда отримує встановлене положенням кількість балів. Наприклад, 3 бала за перемогу, 2 бала за нічийний результат і 1 бал за поразку.

На змаганнях між класами, школами, таборами збирається багато глядачів. З ними також можна організувати змагання. Враховуючи, що глядачі стоять на місці, можна запропонувати їм таку гру, яка не потребує їх переміщення (наприклад, “Заборонений рух”). З тією ж метою глядачів ділять на 2 команди, відповідно до команд, які змагаються, підраховують помилки, яких припустились у грі. Виграє команда глядачів, яка припустилася менше помилок. Також можна провести змагання між капітанами. Наприклад, на краще знання спорту (почергово задаючи питання з різних видів спорту) або на координацію (даючи вправи на координацію).

Бали, які отримали вболівальники і капітани, приєднуються до балів команд, які змагаються.

Зазвичай програма комплексних змагань з рухливих ігор займає 1-1,5 години.

До змагань допускаються команди, які принесли заявки, завірені лікарем.

Змагання з рухливих ігор можна проводити на протязі року на різних спортивних базах: в спортзалі, на майданчику, на катку, на сніговому майданчику, на воді. Підбір ігор для змагань залежить від пори року і умов проведення.

Необхідно рівномірно розподіляти навантаження в іграх, що входять до комплексу. Спочатку – малоінтенсивні ігри, на розвиток уваги, спритності, швидкості. Вони направлені головним чином на організацію учнів. Потім дають

більш інтенсивні ігри з великим психофізіологічним навантаженням, з подоланням перешкод різними комбінованими способами, з опором і боротьбою двох колективів, напівспортивні ігри. Ігри з великим емоціональним і фізичним навантаженням необхідно чередувати з менш напруженими іграми в руховому і емоційному відношенні.

Закінчуються змагання підведенням підсумків і нагородженням учасників.

Не у всіх іграх беруть участь всі члени команди. Це залежить від змісту гри. Іноді в змаганнях беруть участь тільки молодші школярі, а іноді тільки старші. Але в кожному змаганні повинна бути хоча б одна гра, яка об'єднує всіх гравців – і дітей, і дорослих.

Для загального відпочинку можна чередувати ігри з загальною участю з іграми, в яких міряються силою з опором, влучністю, спритністю представники команд.

Змагання можна чергувати з номерами художньої самодіяльності.

Існує багато різновидів змагань з комплексу рухливих ігор. Найбільш розповсюджені “Веселі старты”.

Змагання з комплексу рухливих ігор широко розповсюджені не тільки в нашій країні, але і в інших країнах.

Цікаві проводилися змагання з рухливих ігор в Німеччині під назвою “Роби, як ми, роби з нами, роби краще за нас!”. Завдання в цих змаганнях надзвичайно різноманітні. Команди в основному змішані за статтю і віком. Завдання надаються відповідно з віковими особливостями дітей, з урахуванням інтересів хлопчиків і дівчаток. Ці змагання широко розповсюджувалися завдяки передачам по телебаченню.

В усіх змаганнях з рухливих ігор необхідно забезпечити медичне обслуговування, обладнати і радіофікувати майданчик, спортивну залу, де проходить змагання. Бажано забезпечити музичним супроводом організований вхід і вихід учасників змагань, виступ з художньої гімнастики, конкурсні музичні ігри. Необхідно мати табло, на якому протягом змагань будуть показувати бали команд.

Місце змагань рекомендується яскраво оформити: повісити плакати, емблеми змагань, команд тощо.

**Рухливі ігри в шкільному колективі фізичної культури.** Рухливі ігри широко використовуються в шкільному колективі фізичної культури. Вони використовуються для загального фізичного розвитку учнів, для вдосконалення й закріплення навичок і якостей, які необхідні їм для занять окремими видами спорту.

В іграх в цікавій формі відтворюються технічні прийоми з окремих видів спорту. Виконуючи прийоми в спрощених умовах, учні вчаться найбільш економно та доцільно виконувати різноманітні справи спортивного характеру у швидко змінених (або непередбачуваних) обставинах.

Чим молодші учасники секції і чим менше вони підготовлені, тим більше включають рухливих ігор до занять з ними.

Весною і восени, коли заняття з легкої атлетики та спортивних ігор проводяться в основному на пришкільному майданчику або на стадіоні, широко



використовують ігри з метанням на дальність, з бігом, киданням і ловлею м'яча, ігри з елементами футболу. Взимку в гімнастичній залі використовуються ігри з елементами гімнастики, баскетболу і волейболу.

**Ігри в оздоровчому таборі.** В оздоровчих таборах проводяться рухливі ігри, які сприяють зміцненню здоров'я дітей, вихованню в них почуття товариства, взаємодопомоги.

Умови в таборі особливо сприятливі для самостійного використання улюблених дітьми рухливих ігор, а також ігор під керівництвом вожатих, вчителів фізичної культури, педагогів.

Форми організації рухливих ігор в оздоровчому таборі різноманітні. Ігри планують з урахуванням розпорядку табірної доби разом з іншими заняттями з фізичної культури. Вони проводяться під час ранкової зарядки (під керівництвом інструкторів фізичної культури), на зборах загонів, як окремі заходи між декількома загонами в таборі (під керівництвом вожатих, педагогів і інструкторів фізичної культури) та самостійно за ініціативою дітей. Рухливі і спортивні ігри входять до програми спортивних змагань в формі «Веселих стартів», «Дня Нептуна» та інших, проводяться й як самостійні зустрічі між командами на святах, між загонами на прогулянці.

Добре використовувати в оздоровчому таборі ігри, які складно або неможливо проводити в місті. Особливо цінні ігри на місцевості, так як вони мають велике виховне і освітнє значення. Такі ігри потребують тривалого часу для їх проведення; іноді гра займає майже весь день.

В оздоровчому таборі на святах, біля вогнища часто проводяться ігри під музику (баян ) разом з танцями і піснями. Вони обов'язково включаються в свята відкриття і закриття табору.

Дуже популярні серед дітей різноманітні індивідуальні та групові ігри з довгою і короткою скакалкою, з малими м'ячами, з обручами, з кільцями та іншими предметами. Можна організувати ігри-атракціони («Накидання кілець на кілки», «Вертіння обручів», «Влучання палкою в ціль»).

Краще відвести окремі місця для деяких улюблених ігор дітей.

Бажано організувати в таборі команди з волейболу, баскетболу, футболу, а також по окремим рухливим іграм і проводити зустрічі між командами. Товариські зустрічі з рухливих ігор проводяться між загонами свого табору, а також з дітьми місцевих сіл.

Кожну зміну в оздоровчому таборі бажано проводити комплексні змагання з рухливих ігор типу «Веселі старты», «Спортландія», «День Нептуна». В першій половині табірної зміни проводять змагання з ігор між загонами, а в її кінці (коли виявиться команда-переможець)- змагання між таборами. До змагань треба готуватися з самого початку зміни.

## **Основна література**

1. Былеева, Коротков. Подвижные игры; М. 1982.
2. Былеева, Коротков, Яковлев. Подвижные игры; М. 1974.

3. Геллер. Подвижные игры в спортивной подготовке студентов; Минск, 1977.
4. Демчишин, Мозола. Рухливі ігри; Київ, 1985.
5. Жуков. Подвижные игры; М. 2002.
6. М. Н. Жуков. Подвижные игры. М. 2002

**Додаткова література.**

7. Ахмеров, Бобрович, Геллер, Кудряшов. Спорт и подвижные игры в школе; Минск, 1968.
8. Демчишин, Мухин, Мозола. Спорт и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков; Киев, 1989.
9. Коротков. Подвижные игры в занятиях спортом; М. 1971.
10. Тихомиров. Сильные, ловкие, смелые; Николаев 2003.
11. Яковлев. Подвижные игры учащихся 5 – 7 классов; М. 1952.