

## **Кредит №1**

### **Практичне заняття №1 (2 год.)**

**Тема:** Методика проведення рухливих ігор для дітей молодшого шкільного віку.

**Завдання:** ознайомлення студентів з рухливими іграми для дітей молодшого шкільного віку, передбачені в програмі загальноосвітніх шкіл з фізичного виховання. Ознайомлення з методикою їх проведення.

Студенти повинні знати: зміст рухливих ігор з загально розвиваючими вправами, іграми на розвиток уваги.

**Зміст:** на практичному занятті студенти приймають безпосередню участь в іграх: “Заборонений рух”, “Клас струнко”, “Швидко по місцях”, “Совушка” , “ До своїх прапорців”.

#### **«Швидко по місцях»**

**Місце проведення:** спортивний зал, спортивний майданчик.

**Інвентар:**-----.

**Підготовка до гри.**

Всі гравці шикуються в одну або дві колони поодиночці і витягають руки вперед, злегка торкаючись ними плечей попереду тих, що стоять.

**Опис гри.** По команді керівника: «Втекли!» всі діти розбігаються в різні боки. По другій команді: «Швидко по місцях!» всі повинні вишикуватися в початкове положення, поклавши руки на плечі тим, які стоять попереду.

**Правила гри.** Програє той, хто зайняв місце останнім. Якщо грають дві колони, то виграє група, що вишикувалася раніше іншої.

Побудови можуть бути найрізноманітніші: в дві шеренги обличчям один до одного, в два круги, поклавши руки на плечі сусідів та інші.

#### **«До своїх прапорців»**

**Місце проведення:** спортивний зал, спортивний майданчик.

**Інвентар:** прапорці.

**Підготовка до гри.**

Граючі, розділившись на декілька груп (по 5—8 дітей в кожній), стають в круг. В центр кожного круга стає черговий з прапорцем, відмінним за кольором від інших.

**Опис гри.** Всі граючі, окрім тих, що стоять з прапорцями, за сигналом керівника розбігаються по майданчику і стають обличчям до стіни (якщо грають в приміщенні) або закривають очі.

В цей час чергові з прапорцями тихо міняються місцями. Керівник дає сигнал: «Всі до своїх прапорців!» Граючі відкривають очі, швидко біжать до свого прапорця і знову утворюють кружок навкруги чергового з прапорцем. Перемагає група, що вишикувалася в кружок першою. Можна вишикувати в потилицю до чергового в колону поодиночці. В цьому випадку всі збираються в колону за своїм черговим.

**Правила гри.** 1. Граючим не можна розплющувати очі до сигналу «Всі до своїх прапорців!» Якщо гравець розплющить очі передчасно, то його група програє. 2. Гравці з прапорцями повинні обов'язково, змінити місце. Якщо вони цього не зроблять, то перемога їх груп не зараховується.

**Варіанти гри.** 1. Коли гравці розбіжаться, їм можна запропонувати встати в одну шеренгу перед викладачем і виконувати за ним різні рухи. В цей час чергові з прапорцями, знаходячись позаду них, міняються місцями. По сигналу «До своїх прапорців!» всі біжать до своїх чергових. 2. Граючі

під музику або спів рухаються за викладачем і на ходу повторюють за ним різні рухи. По сигналу всі займають місця біля своїх прапорців.

Якщо немає різних прапорців, можна орієнтувати граючих на своїх чергових, які стоять в центрі кружків або попереду колон (якщо побудовані колонами). В цьому випадку подається команда «До своїх чергових!».

### **«Совушка»**

**Місце проведення:** спортивний зал, спортивний майданчик.

**Інвентар:** гімнастична лавка.

**Підготовка до гри.**

В кутку майданчика або зали обкреслюють коло діаметром 1-2 м- «кубло совушки». Біля кола ставиться лавка. З граючих вибирається гравець, який водить — «совушка», інші — «польові мишки». Совушка стає в своєму «кублі», а мишки розміщуються по всьому залу біля стін - в «нірках».

**Опис гри.** Керівник говорить: «День!» Всі мишки вибігають на середину зали, бігають, пристрибують. Совушка сидячи спить в кублі. Керівник говорить: «Ніч!» Всі мишки завмирають на місці, а совушка прокидається, «вилітає» на полювання і дивиться, хто з граючих ворухнеться. Якщо совушка помітить, що хто-небудь з мишей ворухнеться, вона забирає його до себе в кубло. Совушка ловить до тих пір, поки керівник не подасть команду «День!». По сигналу «День!» совушка відлітає до себе в кубло, а не упіймані мишки починають бігати і пустувати до сигналу «Ніч!». Коли в кублі опиняться 3—5 спійманих мишей, вибирається нова совушка з не спійманих, найобережніших, спритних мишок. І так грають кілька разів. На закінчення наголошуються жодного разу не спіймані мишки і найбільш наглядові совушки, що зуміли швидше за інших піймати мишей.

**Правила гри.** 1. Коли совушка виходить на майданчик, мишкам ворухнитися не дозволяється. За спиною сови мишки можуть міняти позу, але так, щоб совушка цього не помітила. 2. Спіймані мишки сидять на лавці — в кублі совушки і не беруть участь в грі до зміни нової совушки. 3. По сигналу керівника «Ніч!» совушка обов'язково повинна відлетіти до себе в кубло.

### **«Група, струнко!»**

**Місце проведення:** спортивний зал, спортивний майданчик.

**Інвентар:**-----.

**Підготовка до гри.**

Гравці стають в одну шеренгу.

**Опис гри.** Керівник, стоячи обличчям до граючих, подає команди. Діти повинні їх виконувати лише в тому випадку, якщо він заздалегідь перед командою скаже слово «група». Якщо слово «група» він не вимовляє, то реагувати на команду не треба. Той, хто не припустився помилки робить крок вперед і не продовжує грати.

На закінчення гри наголошуються найуважніші гравці, які відійшли далі за інші від початкового положення. Виграють ті граючі, які були найбільш уважні і завдяки цьому залишилися в своєму початковому положенні.

**Правила гри.** 1. Гравець, що не виконав команди з попереднім словом «група», робить крок вперед. 2. Гравець, що намагався виконати команду без попереднього слова «група», робить крок вперед.

### **«Заборонений рух»**

**Місце проведення:** спортивний зал, спортивний майданчик.

**Інвентар:**-----.

### **Підготовка до гри.**

Всі гравці разом з керівником стають в коло. Якщо граючих багато, керівник виходить на крок вперед, щоб бути помітніше; якщо мало, то можна побудувати всіх в шеренгу, а самому встати перед ними.

**Опис гри.** Керівник пропонує граючим виконувати за ним всі рухи, за винятком «забороненого», наперед ним встановленого. Наприклад, заборонено виконувати рух «руки на пояс». Керівник під музику починає робити різні рухи, а всі гравці повторюють їх. Несподівано керівник виконує заборонений рух. Учасник гри, що повторив його, робить крок вперед або штрафується, а потім продовжує грати. Штраф може бути таким: проскочити на одній нозі по колу, сказати скоромовку, відгадати загадку, зробити перекид вперед і т.п.

Гра проводиться 5—8 хв., після чого наголошуються гравці, що не допустили жодної помилки, а також і найуважніші.

**Правила гри.** 1. Гравці зобов'язані повторювати за керівником всі рухи, окрім забороненого. Той, хто не повторює всі рухи, вважається тим, що програв. 2. Ті, що програли продовжують грати і при кожній помилці роблять крок вперед або виконують штрафне завдання.