

# Подвижные игры в школе проводимые на малой спортивной площадке

Выполнила учитель  
физической культуры  
МБОУ СОШ №93  
Кубарева Людмила Игоревна

- В связи с большой загруженностью спортивных залов, уроки не всегда проводятся на площадях достаточных для проведения обычных уроков физической культуры, и преподаватели часто вынуждены проводить уроки на малых площадях или в малых спортивных залах.
- Далее приводятся варианты подвижных игр, которые можно проводить на небольшой площади, с участием большого количества учащихся и большой интенсивностью двигательной нагрузки.
- Подвижные игры которые можно проводить на малой площадке:

# «НЕСЧАСТЛИВЫЙ МЯЧ»



- Мяч находится в руках у ведущего, по свистку он передает его другому ученику, коснувшись его мячом. Учащиеся, соответственно, пытаются убежать и увернуться, чтобы не стать обладателем «несчастливого» мяча. Сам ведущий передав мяч, выбывает из игры. Кто в ходе игры не получает мяч, считается счастливчиком и соответственно — выигрывает.

# «Перестрелка»



- Игру можно проводить на волейбольной площадке. В этом случае имеется средняя и лицевые границы площадки. Отступив на 1—1,5 м от лицевой линии внутрь зала, проводят параллельно ей другую линию, чтобы образовался коридор («плен»). Дополнительная линия проводится и на другой стороне. Если игра проводится на половине волейбольной площадки, то середина отмечается гимнастическими скамейками. Играющие делятся на две равные команды, каждая из которых произвольно располагается в своем городе на одной половине площадки (от средней линии до коридора). В ходе игры ребята не могут заходить на половину противника.
- Учитель подбрасывает волейбольный мяч в центре между капитанами, и те стараются отбить его своим игрокам. Задача каждой команды — получив мяч, попасть им в противника, не заходя за среднюю черту. Противник увертывается от мяча и в свою очередь пытается осалить мячом игрока противоположной команды.
- Осаленные мячом идут за линию «плена» на противоположную сторону (в коридор). «Пленный» находится там до тех пор, пока не выбьет игрока другой команды из «плена».
- Играют 10—15 мин, после чего подсчитывают пленников в каждой команде. Игра заканчивается досрочно, если все игроки одной из команд оказались в «плени».

# «Оторви хвост»



- Играющим заправляется в шорты «хвост» из ткани (манишка, лента, салфетка и т. д.)- это «лисы». Водящим (их может быть несколько) – это «волки», по свистку, нужно собрать как можно больше «хвостов» за определенное время. Или как вариант игры, «волки» забрав «хвост» превращаются в «лис», прицепив себе «хвост» и, соответственно через определенное время выигрывают те, кто имеет хвост, т.е. «лисы».

# «Собачки командами»



- Задача одной команды сделать как можно больше передач мяча, а задача другой команды забрать у них мяч, при этом с мячом можно бегать, касаться мячом площадки, катить его и т.д. Мяч считается отобранным, если он оказался в руках у игрока другой команды (после этого передачи начинают игроки другой команды).

# Десять передач



- Задача одной команды сделать десять передач не уронив мяч. С мячом нельзя делать более одного шага. Задача другой команды забрать или выбить мяч у соперников, не касаясь игроков. После этого мяч вводится в игру (как в баскетболе) из-за края площадки и продолжается до тех пор, пока команда не потеряет мяч или не сделает десять передач (в этом случае начинается счет).

# Варианты игры «Десять передач»

- Обучать игре «Десять передач» следует начинать, играя волейбольным мячом. Когда учащиеся научатся хорошо ловить и точно передавать мяч, следует перейти к игре с гандбольным, а далее с баскетбольным мячом. Старшие классы могут играть футбольным мячом, делая передачи ногами, при этом мяч не должен отрываться от площадки.