**Подвижные игры с мячом**

**на уроках во 2 классе.**

Подвижные игры с мячом можно разнооб­разить до бесконечности. Первоклассники всегда с удовольствием и с большой для себя пользой занимаются ими. Предлагае­мые игры способствуют развитию подвиж­ности опорно-двигательного аппарата, коор­динации движений, ловкости, быстроты, вы­носливости. Кроме того, они отличаются большой эмоциональностью,

**«Призовой мяч».** Участвуют несколько ко­манд, у каждой по « малому» мячу. Первые номера команд, начиная игру, должны триж­ды подбросить мяч перед собой вверх (выше головы и поймать его. Затем мяч подбрасы­вают все остальные игроки команд. За лов­лю мяча обеими руками дается 1 очко, за; ловлю правой рукой — 2 очка, за ловлю мяча левой рукой — 3 очка. Если игрок не поймал мяч или подбросил его ниже уровня головы, очки не присуждаются. Побеждает команда, набравшая наибольшее количество очков.

**«Запятнай притопывающего».** И грают две команды, расположившиеся в шеренгах на расстоянии 16—20 шагов друг от друга на своей линий метания. В середине игрового поля наносится линия, обозначающая грани­цу между играющими командами. Жребием определяется, какая из команд должна на­чать игру, ей и вручается мяч, первый номер команды, получившей мяч, по сигналу бро­сает его в сторону противоположной коман­ды, а сам, добежав к линии, разделяющей соперников, должен трижды притопнуть на ней ногой, а затем бегом возвратиться на свое место. Во время притопывания игрок противоположной команды, поймавший мяч, пытается запятнать соперника, не выбегая за линию метания своей команды, если это ему удается, осаленный игрок переходит в его команду. Если же бросающий промахи­вается, то сам переходит в команду соперников. Игру можно проводить на время или до полной победы одной из команд, осалив­шей всех игроков — соперников.

**«Пограничный мяч».** Игра проводится на площадке 10x10 м между двумя командами, расположенными на линиях метания лицом друг к другу. Позади каждой команды в 5 м проводится пограничная линия, за которую игрокам заступать запрещено. Жребием определяют команду, начинающую игру. Пер­вый номер ее бросает малый мяч по возможности как можно, выше и дальше над головами игроков противоположной коман­ды, стараясь забросить его за пограничную линию. Игроки команды соперников могут подпрыгивать, поднимать руки вверх, стара­ясь поймать мяч на лету. Если мяч упал на площадку, его можно остановить ногой и взять в руки, В ходе ловли мяча нельзя заступать за пограничную линию. Игроки команд, овладев мячом, и, передавая его

друг другу, стараются выявить место, где находится наименьшее число, соперников, и затем перебросить мяч через них. Количест­во передач мяча оговаривается (обычно не более 5). Игроки противоположной команды внимательно следят за передвижением мяча и, перемещаясь, стараются защитить свою пограничную линию. Если игроки не сумели поймать мяч, и он оказался за пограничной линией, команда получает 1 штрафное очко, Игра проводится до 3-5 побед одной из команд, после чего они меняются площад­ками.

**«Угловой мяч».** В игре участвуют две команды по 4, 8, 16 игроков в каждой. Игроки одной из команд занимают ясно обозначен­ные линиями углы четырёхугольника или шестиугольника. Их задача осалить мячом как можно больше соперников, которые рас­полагаются в многоугольнике, длина и ши­рина которого имеют различные размеры зависимости от подготовки учащихся. По сигналу «наружные» игроки, стараясь по­пасть мячом в соперников, находящихся внут­ри многоугольника, могут бросать только из угла. Если бросок оказался точным, команде, бросавшей мяч, засчитывается 1 очко. Если же «внутреннему» игроку удалось увер­нуться от мяча«наружные» убегают со своих мест, а «внутренние» как можно быстрее стараются поднять мяч. Поднявший его кричит «Стой!» и бросает мяч о того места, где он его поднял в одного из «наружных» игро­ков, которые по команде «Стой!» обязаны остановиться и не вправе уклоняться от мяча. Если бросающий осалит соперника, его команда получает 1 очко. Игра продол­жается до обусловленного числа очков, Пос­ле чего команды меняются ролями.

**«Кто быстрее?».** Играют на волейбольной площадке с высотой сетки 150—180 см. Две равные по составу команды располагаются каждая на своей половине площадки, имея перед началом игры 2 (3, 4) волейбольных мяча, которые находятся у игроков, расположенных в 3-метровой зоне. По сигналу игроки, владеющие мячами, перебрасывают их через сетку на противоположную сторону. Каждый игрок, владеющий мячом, имеет право неограниченного перемещения по своей площадке и броска с любого места. Мяч можно ловить, брать после отскока от площадки, подбирать после попадания его в сетку на своей стороне. Однако запрещается переправлять мяч на другую сторону площадки под сеткой.

Задача каждой команды сводится к тому, чтобы на площадке соперников оказалось сразу как можно больше мячей. Команде, которая сумела это сделать, засчитывается 1 очко.

Команда-победительница определяется по наибольшей сумме набранных очков.