

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Секрин Федор Хайдымович

Должность: ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Чайковский ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ

Уникальный программный ключ: КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

8d1b39193cdad8918b8873b6591 (ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности

**Рабочая тетрадь дисциплине**  
**«Теория и методика обучения базовым видам спорта: подвижные**  
**игры» (Б1.О.31.04)**

Для обучающихся по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Профили: «Менеджмент в физической культуре и спорте»

«Физкультурное образование»

«Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес»

«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Чайковский 2021

УДК 796.2  
ББК 75.5  
Г 15

Рецензент: Борина Ю.Ю., к.п.н., доцент.

Обсуждено и рекомендовано к утверждению  
на заседании кафедры теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС».  
Протокол № 5 от 23.11.2021 г.

Печатается по решению учебно-методического совета  
ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС».  
Протокол № 4 от 15.12.2021 г.

**Галанова, Светлана Сергеевна**

Г 15 Теория и методика обучения базовым видам спорта: подвижные  
игры: рабочая тетрадь для обучающихся по направлениям подготовки  
49.03.01 Физическая культура, 49.03.02 Физическая культура для лиц  
с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая  
культура) / С.С. Галанова. – Чайковский: ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»,  
2021. – 48 с.

Рабочая тетрадь предназначена для обучающихся по направлениям  
подготовки 49.03.01 Физическая культура, 49.03.02 Физическая культура для  
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Рабочая тетрадь рекомендуется обучающимся в качестве методического  
материала для выполнения самостоятельной работы. Включает задания по  
теоретической и практической частям дисциплины «Теория и методика  
обучения базовым видам спорта: подвижные игры».

Содержание работы может быть полезным в процессе подготовки к  
зачету, разработки планов–конспектов уроков физической культуры, занятий  
по физическому воспитанию, занятий по видам спорта в период прохождения  
учебной и производственной практик в дошкольных, общеобразовательных  
учреждениях, учреждениях дополнительного образования, спортивных  
организациях.

УДК 796.2  
ББК 75.5

© Галанова С.С., 2021  
© ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС», 2021

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка	4
Задания для самостоятельной работы по дисциплине «Подвижные игры»	5
Конспекты статей по подвижным играм (задание № 1)	6
Контрольная работа (задание № 2)	13
Тест по дисциплине «Подвижные игры» (задание № 3)	26
Кроссворд (задание № 4)	29
Сценарий спортивного праздника с использованием подвижных игр (задание № 5)	32
Изготовление учебных карточек / частей учебных карточек подвижных игр (задание № 6)	37
Список рекомендуемой литературы	46

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Игра - это специфическая форма упражнений, возникающая и развивающаяся параллельно с развитием человеческого общества, самостоятельный вид творческой деятельности человека, обусловленный потребностью в познании окружающей действительности, самого себя и своего существования.

Кроме того, игра является одним из важнейших средств формирования у детей и подростков нравственных и физических качеств, поэтому выпускники должны знать особенности организации и проведения подвижных игр с различным контингентом занимающихся.

Теоретические и практические знания помогут выпускникам прочно формировать профессиональные навыки в процессе прохождения учебной и производственной практик.

Высокое качество подготовки выражается в умении: анализировать и практически оценивать качество проведения игр; объективно соотносить то, что удалось сделать, с тем, что было запланировано; оценивать свое поведение в процессе игры и во взаимоотношении с другими играющими; находить способы устранения допущенных ошибок; давать общую оценку проведения игр.

### **Цели и задачи дисциплины**

*Цель дисциплины* - формирование у обучающихся компетенций, предусмотренных ФГОС, направленных на изучение теории и практики проведения занятий по спортивным и подвижным играм, овладение технологий планирования и проведения спортивно-массовых мероприятий для осуществления профессиональной образовательной и рекреационной деятельности.

### *Задачи дисциплины:*

– формирование профессионально-прикладных навыков, необходимых для процесса обучения спортивным и подвижным играм, а также навыков организации и проведения соревнований, осуществления судейства;

– обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовки, определяющей психофизическую готовность обучающихся к будущей профессии;

– освоение методики организации и проведения подвижных игр в различных возрастных группах с целью последующего использования их на занятиях в различных формах работы;

– создание условий для приобретения знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной педагогической работы.

**ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА: ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

Фамилия, имя, отчество студента \_\_\_\_\_

Направление подготовки \_\_\_\_\_

Курс \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_

Оценочный лист

№ п/п	ФОРМЫ РАБОТЫ	Количество баллов		Оценка
		min	max	
1.	Конспекты статей по подвижным играм (задание № 1)	3	5	
2.	Контрольная работа (задание № 2)	3	5	
3.	Тест по дисциплине «Подвижные игры» (задание № 3)	3	5	
4.	Кроссворд (задание № 4)	3	5	
5.	Сценарий спортивного праздника с использованием подвижных игр (задание № 5)	3	5	
6.	Изготовление учебных карточек / частей учебных карточек подвижных игр (задание № 6)	3	5	
<b>Итог за выполненную работу</b>		<b>18</b>	<b>30</b>	

## ЗАДАНИЕ № 1

### Конспекты статей по подвижным играм

Законспектировать четыре статьи по подвижным играм из научного журнала или сборника материалов научно-практических конференций не старше пяти лет (за 2016 – 2021 гг.).

Написание конспекта статьи представляет собой вид самостоятельной работы студента по созданию обзора информации, содержащейся в объекте конспектирования, в более краткой форме.

При подготовке и составлении конспекта рекомендуется придерживаться следующего алгоритма:

- познакомиться с текстом информации, которую необходимо законспектировать;
- выделить опорные точки текста, главные факты, выводы, идеи, ключевые понятия, выписать их;
- определить последовательность изложения информации;
- составить план конспекта в виде схемы;
- начать запись конспекта с указания реквизитов источника (фамилии автора, полного наименования работы, места и года издания);
- осуществить запись по абзацам, сопровождая основные мысли примерами, таблицами;
- выделить особо значимые места конспекта цветным подчеркиванием, взятием в рамку, пометками на полях, чтобы акцентировать на них внимание и прочнее запомнить.

В конспекте должны быть отражены основные принципиальные положения источника, то новое, что внес его автор, основные методологические положения работы, аргументы, этапы доказательства и выводы.

Критерии оценивания конспекта:

- системность;
- логичность изложения материала;
- краткость;
- убедительность и доказательность.

Название статьи: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Конспект: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

Ссылка на статью: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

Пример оформления:

Воробьева, Н. А. Лапта как одно из средств повышения эффективности образовательного процесса в вузе / Н. А. Воробьев, Т. В. Никольская // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта». – 2020. - № 1 (179). – С. 59 – 63.

Название статьи: \_\_\_\_\_

---

Конспект: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Ссылка на статью: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



---

---

---

---

---

---

Ссылка на статью: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

Название статьи:

---

---

Конспект: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Ссылка на статью: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

Количество баллов: \_\_\_\_\_ Оценка \_\_\_\_\_

Проверил: \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.



2. Возраст и игровые интересы детей.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

3. Воспитательное значение подвижных игр.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

4. Выбор игры.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

5. Группировка подвижных игр по признакам ведущего двигательного действия.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

6. Игры с поочерёдным участием игроков, их разновидности, методика проведения.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

7. Классификация подвижных игр.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

8. Методика проведения подвижных игр.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

9. Некомандные игры, характеристика и методика проведения.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

10. Организация играющих, руководство игрой, объяснение, подведение итогов.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

11. Образовательное значение подвижных игр.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

14. Планирование подвижных игр в школе.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

15. Подвижные игры на школьном празднике.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

16. Приёмы регулирования нагрузки.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

17. Спортивные игры, классификация и значение.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

18. Требования к рассказу и порядок объяснения игры.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

19. Урок как основная форма организации занятий подвижными играми в школе.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

20. Формы организации подвижных игр в школе.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Количество баллов: \_\_\_\_\_ Оценка \_\_\_\_\_

Проверил: \_\_\_\_\_

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

### ЗАДАНИЕ № 3

#### Тест по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: подвижные игры»

Вам необходимо выбрать правильный ответ на вопрос (может быть несколько вариантов). Правильный ответ оценивается в 1 балл. По сумме баллов ставится оценка: «5» - 18-20 баллов, «4» - 15-17 баллов, «3» - 13-14 баллов.

1. Что не характерно для подвижных игр?

- а. изменение правил игры
- б. строго регламентированное время игры
- в. разнообразие инвентаря
- г. определенное количество человек

2. Минимальное количество участников в подвижных играх?

- а. 2
- б. 3
- в. 5
- г. 10

3. Ширина площадки при проведении игры на свежем воздухе должна составлять не менее:

- а. 5м
- б. 8м
- в. 10м
- г. 15м

4. Какая разметка в подвижных играх делается одновременно с объяснением правил игры?

- а. сложная
- б. простая
- в. постоянная
- г. временная

5. Количество помощников зависит от:

- а. сложности правил
- б. количества игроков
- в. способа организации
- г. всех выше перечисленных

6. Воздействие игры на занимающихся определяется:

- а. содержанием
- б. методическими приемами
- в. способами организации
- г. все версии

7. Разметка площадки (укажите неправильный ответ):

- а. линейная
- б. постоянная
- в. сложная
- г. несложная или простая

8. Выбор игры зависит от:

- а. задач урока
- б. места проведения
- в. количества участников
- г. все версии

9. При объяснении подвижной игры в кругу, где должен находиться проводящий?

- а. в центре круга
- б. в кругу, рядом с занимающимися
- в. за кругом
- г. на левой середине

10. Какие существуют способы выделения водящих?

- а. по назначению
- б. по жребию
- в. по выбору учащихся
- г. все

11. В каком школьном возрасте допустимо деление команд по выбору капитанов?

- а. в младшем
- б. в среднем
- в. в старшем
- г. в переходном

12. Игра может не состояться из-за:

- а. нечеткого объяснения правил
- б. неправильного выбора водящих
- в. неравного количества игроков
- г. все версии

13. От чего не зависит продолжительность игры?

- а. выбора помощников
- б. характера игры
- в. состава занимающихся
- г. условий занятий

14. Кому принадлежит ведущая роль в игре?

- а. капитанам
- б. судьям
- в. руководителю

- г. играющим
15. Что характерно для некомандных игр?
- а. помощь товарищу
  - б. победа команды
  - в. взаимовыручка
  - г. каждый сам за себя
16. В каком возрасте преимущество имеют игры с речитативами, пением, ритмической ходьбой?
- а. в младшем
  - б. в среднем
  - в. в старшем
  - г. переходном
17. Подвижные игры на переменах должны быть:
- а. малоподвижными
  - б. простыми, доступными всем
  - в. сложно-координационными
  - г. с большой физической нагрузкой
18. Какая из задач соответствует воспитательной?
- а. укрепление здоровья
  - б. развитие физических качеств
  - в. чувство коллективизма и взаимовыручка
  - г. чувство пространства
19. Что понимается под физическим качеством «ловкость»?
- а. способность быстро ориентироваться в неожиданно складывающейся обстановке
  - б. способность совершать заданную работу длительное время
  - в. способность быстро производить мышечные сокращения
  - г. способность быстро производить мышечное расслабление
20. Что необходимо учитывать при составлении конспекта урока (занятия) по подвижным играм
- а. контингент занимающихся
  - б. этапы тренировки
  - в. место проведения урока, его оснащение
  - г. ближайшие задачи и содержание урока в соответствии с рабочим планом
  - д. психологическую готовность

Количество баллов: \_\_\_\_\_ Оценка \_\_\_\_\_

Проверил: \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

## ЗАДАНИЕ № 4

### Кроссворд

Вам необходимо решить кроссворд, вписав в таблицу правильный ответ на вопрос (слово-ответ – это существительное или прилагательное в единственном или множественном числе, в зависимости от вопроса). Правильный ответ оценивается в 1 балл. По сумме баллов ставится оценка: «5» - 18-21 балл, «4» - 15-17 баллов, «3» - 13-14 баллов.

Вопросы по горизонтали:

1. Какие игры считаются высшим этапом развития подвижных игр со строго регламентированной двигательной игровой деятельностью состязательного характера?
2. Фамилия известного педагога, придававшего игре огромное значение в воспитании подрастающего поколения и широко использовавшего игры в своей воспитательной работе.
3. Заранее подготовленный или случайно используемый материальный объект, манипуляции с которым определяют смысл и характер игры.
4. Чья практическая деятельность складывается из элементов: выбор игры, подготовка места и инвентаря к проведению игры, организация учащихся, объяснение игры, судейство, подведение итогов?
5. Как называются игры для маленьких детей, которые побуждают детей к активным движениям, такие как «Ладушки», «Коза рогатая»?
6. Специфическая форма упражнений, возникающая и развивающаяся параллельно с развитием человеческого общества, самостоятельный вид творческой деятельности человека, обусловленный потребностью в познании окружающей действительности, самого себя и своего существования.
7. Какие игры имеют твердо установленные правила, игровые действия в них связаны с развитием сюжета и с ролью, которую выполняет ребенок.
8. Как называется определение результатов игры, которые должен объявить по окончании руководитель?
9. В каких играх отсутствует коллективность действий в достижении цели и каждый играющий действует независимо от других?
10. Как называется регламент, определяющий порядок проведения игры и регламентирующий такие вопросы, как количество игроков, продолжительность игры, размеры площадки, расстановка инвентаря и оборудования, основные виды нарушений и др.?
11. Как называется вид игровой деятельности, где каждый ребенок действует отдельно, выполняя указания взрослого?
12. Совокупность командных состязаний, в которых участники один за другим проходят этапы, передавая друг другу очередь перемещаться по дистанции и выполнять определенное двигательное действие.

Вопросы по вертикали:

13. Подвижные игры обеспечивают усвоение систематизированных знаний, способствуют формированию жизненно важных двигательных умений и навыков, развивают двигательные способности. Так же имеют значение игры, родственные по двигательной структуре отдельным видам спорта (спортивным играм, легкой атлетике, гимнастике, борьбе, плаванию и др.). Такие игры направлены на совершенствование и закрепление технических и тактических приемов и навыков того или другого вида спорта. О каких задачах, решаемых подвижными играми, идет речь?

14. Как называют место для проведения подвижных игр?

15. Совокупность существенных и отличительных признаков подвижной игры, сюжет (образный или условный), двигательные действия для достижения цели и правила.

16. Какие игры являются самостоятельной разновидностью игр, представляющую собой совокупность многообразных двигательных действий, основным содержанием которых являются естественные движения в беге, прыжках и метании.

17. Как называют игры, бытующие у того или иного народа в течение столетий и ставшие составной частью его национальной культуры?

18. Как называют подвижные игры, которые по педагогической классификации В.Г. Яковлева разделены на: без деления на группы (команды), переходные к командным и с делением на группы (команды)?

19. Что обуславливается содержанием игры и включает организацию действий участников: индивидуальная, групповая, коллективная?

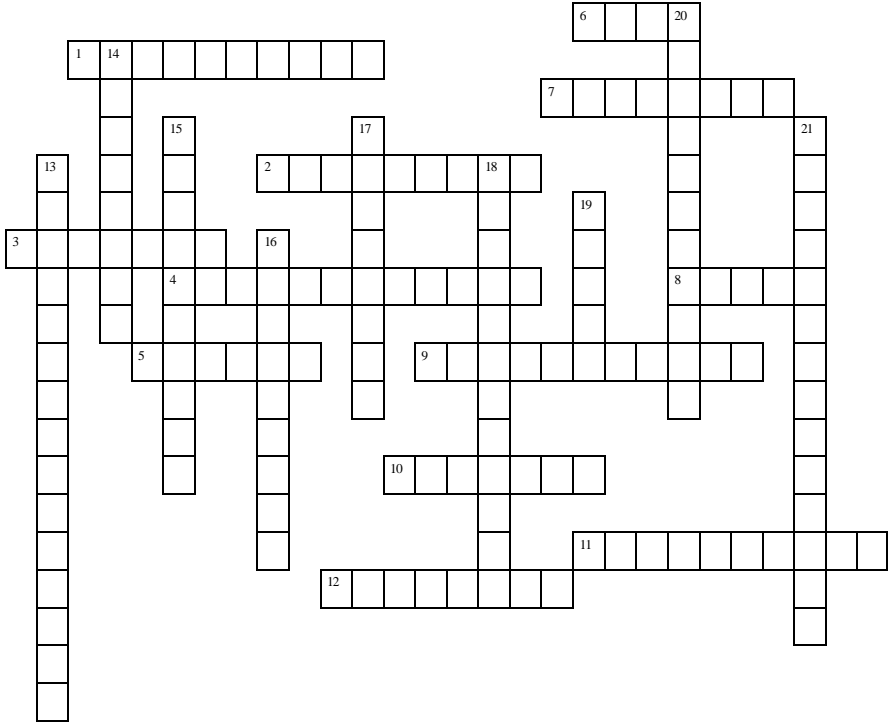
20. Отличительная особенность этих игр - двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования.

21. Игры активизируют познавательную деятельность, наблюдательность, внимание и двигательную память, сообразительность. Подвижная игра носит коллективный характер, в связи с чем причает обучающихся к деятельности в коллективе. Игры развивают у обучающихся чувство товарищества, солидарности и ответственности за действия друг друга. О каких задачах, решаемых подвижными играми, идет речь?

Количество баллов: \_\_\_\_\_ Оценка \_\_\_\_\_

Проверил: \_\_\_\_\_

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.



## ЗАДАНИЕ № 5

### Сценарий спортивного праздника с использованием подвижных игр

Вам необходимо разработать сценарий спортивного праздника с применением подвижных игр.

Сценарий мероприятия – самый распространенный вид прикладной методической продукции. Сценарий – конспективная, подробная запись мероприятия: спортивного праздника.

В произвольной форме указываем, какие необходимо провести предварительные организационные мероприятия: раздать роли (кому), в какой периодичности проводить репетиции (и нужны ли они вообще), как собрать зрителей, кто должен быть ведущим, когда лучше проводить мероприятие т.д. В сценарии должен быть полный текст ведущих и героев, тексты песен, описание игр, конкурсов; имена персонажей пишутся в левой части текста, выделяются и не сливаются с основным текстом. Сценарий снабжается методическими советами, ремарками. В ремарках даются сценические указания: световая партитура, движение участников праздника на сцене и т.д.

1. Название праздника

---

2. Возраст участников

---

3. Инвентарь

---

4. Место проведения

---

5. Задачи, решаемые при проведении праздника

---

---

---

---

---

---

---













---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Количество баллов: \_\_\_\_\_ Оценка \_\_\_\_\_

Проверил: \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

## ЗАДАНИЕ № 6

### Изготовление учебных карточек / частей учебных карточек подвижных игр

При проведении подвижных игр и игровых заданий необходимо:

- тщательно подготовить снаряды и инвентарь;
- продумать места расположения команд, исключить возможность помех от посторонних предметов (тросы, скамейки и т.д.);
- обеспечить надежную страховку (если это необходимо);
- четко объяснить правила игры и четкое их выполнение;
- объяснить значение игры и условия выявления победителей.

Практические уроки проводятся по общепринятой структуре, состоящей из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. В подготовительной части урока, для повышения эмоционального состояния, игры даются с целью общей и специальной разминки. В основной части занятия – с целью повторения и закрепления пройденного материала. В заключительной части занятия целесообразно давать игры на восстановление и внимание.

Для качественной подготовки и проведения подвижных игр, а так же в качестве методического сопровождения, создаются карточки подвижных игр, где прописывают: название, задачи игры, время и место проведения, контингент, инвентарь. В карточке в табличной форме представляют графическое изображение расстановки игроков, размещения инвентаря и разметку площадки, описывают правила игры и организационно-методические указания.

Вам необходимо дополнить три карточки подвижных игр (графиком – карточка № 1, содержанием – карточка № 2 и организационно-методическими указаниями – карточка № 3) и разработать самостоятельно пять карточек подвижных игр для различных частей урока (карточки подвижных игр № 4, 5, 6, 7, 8).

### Карточка подвижной игры № 1

*Название подвижной игры:* Смена мест

*Задачи игры:* формирование навыка быстрого и четкого построения; воспитание внимательности, активности, дисциплинированности.

*Место проведения:* спортивный гимнастический зал.

*Контингент, возраст играющих:* обучающиеся 11-12 лет.

*Инвентарь:* любой набор: от мелкого штучного (палки, обручи), до снарядов (скамейка, стенка и др.).

<i>Графическое изображение</i>	<i>Содержание игры</i>	<i>Организационно-методические указания</i>
	Во время выполнения любых гимнастических упражнений, при любом построении по указанному сигналу учащиеся меняются местами и принимают стойку «смирно». Например, можно выполнять упражнения, стоя в кругах, на гимнастических скамейках, с предметами и т.д.	При наличии нескольких колонн заранее оговаривается, кто с кем меняется местами. При использовании станций круговой тренировки соревнуются нечетные номера с четными. За каждую выигранную смену команда получает одно очко. Побеждает команда, набравшая в сумме большее количество очков. Следует оценивать не только быстроту смены, но и качество выполнения упражнений.



## Карточка подвижной игры № 2

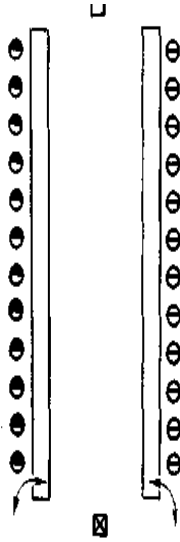
*Название подвижной игры:* Прыжковая эстафета

*Задачи игры:* формирование прыгучести; совершенствование навыка плавного перехода одного движения в другое в соревновательной обстановке.

*Место проведения:* гимнастический либо спортивный зал.

*Контингент, возраст играющих:* обучающиеся 11-12 лет.

*Инвентарь:* гимнастические скамейки.

<i>Графическое изображение</i>	<i>Содержание игры</i>	<i>Организационно-методические указания</i>
		<p>И.п.: партнеры держат руки на плечах впереди стоящего; первый номер – руки на поясе.</p> <p>Побеждает команда, раньше выполнившая задание. При выполнении потоком, окончанием задания является возвращение последнего участника в колонну.</p> <p>При выполнении каждого комплекса упражнений следует выявлять победителя среди участников.</p>

### Карточка подвижной игры № 3

*Название подвижной игры:* Эстафета с кувырками

*Задачи игры:* закрепление навыка самостраховки способом «кувырок».

*Место проведения:* гимнастический зал.

*Контингент, возраст играющих:* обучающиеся 11-12 лет.

*Инвентарь:* маты, волейбольные мячи.

<i>Графическое изображение</i>	<i>Содержание игры</i>	<i>Организационно-методические указания</i>
	<p>В ходе эстафеты каждый участник должен добежать до первого мата и сделать кувырок, затем взять мяч и, ударя им о землю, приблизиться ко второму мячу. После этого, прижав мяч к животу, участник делает в группировке второй кувырок. Затем он бегом возвращается обратно, оставляет мяч около первого мата и, коснувшись рукой второго участника команды, бежит в конец колонны.</p> <p>Вариант: в ходе эстафеты участники, подбросив мяч, делают кувырок вперед и, вставая на ноги, ловят мяч (или после кувырка метают мяч в какую-либо цель).</p>	

### Карточка подвижной игры №

Название подвижной игры \_\_\_\_\_

Задачи игры: \_\_\_\_\_

Место проведения: \_\_\_\_\_

Контингент, возраст играющих: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

<i>Графическое изображение</i>	<i>Содержание игры</i>	<i>Организационно-методические указания</i>

### Карточка подвижной игры № 5

Название подвижной игры \_\_\_\_\_

Задачи игры: \_\_\_\_\_

Место проведения: \_\_\_\_\_

Контингент, возраст играющих: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

<i>Графическое изображение</i>	<i>Содержание игры</i>	<i>Организационно-методические указания</i>

### Карточка подвижной игры № 6

Название подвижной игры \_\_\_\_\_

Задачи игры: \_\_\_\_\_

Место проведения: \_\_\_\_\_

Контингент, возраст играющих: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

<i>Графическое изображение</i>	<i>Содержание игры</i>	<i>Организационно-методические указания</i>

### Карточка подвижной игры № 7

Название подвижной игры \_\_\_\_\_

Задачи игры: \_\_\_\_\_

Место проведения: \_\_\_\_\_

Контингент, возраст играющих: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

<i>Графическое изображение</i>	<i>Содержание игры</i>	<i>Организационно-методические указания</i>

### Карточка подвижной игры № 8

Название подвижной игры \_\_\_\_\_

Задачи игры: \_\_\_\_\_

Место проведения: \_\_\_\_\_

Контингент, возраст играющих: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

<i>Графическое изображение</i>	<i>Содержание игры</i>	<i>Организационно-методические указания</i>

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### *Основная литература*

1. Теория и методика спортивных игр: учебник / под ред. Ю. Д. Железняка. – М.: Академия, 2013.
2. Спортивные игры [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие / — Электрон. текстовые данные.— Калининград: Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта, 2010. — 63 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23931>. — ЭБС «IPRbooks».

### *Дополнительная литература*

3. Былеева, Л. В. Подвижные игры: учебник / сост. Л. В. Былеева. - М.: Физическая культура, 2006. – 288 с.
4. Ветков, Н. Е. Спортивные и подвижные игры: учебно-методическое пособие / Н. Е. Ветков. – Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016. – 126 с. – ISBN 2227-8397. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/61049.html>.
5. Волейбол: учебник / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – М.: ТВТ Дивизион, ФиС, 2009, 2006.
6. Годик, М. А. Комплексный контроль в спортивных играх [Электронный ресурс]: учебное пособие / М. А. Годик, А. П. Скородумова. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2010. — 336 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9861>. — ЭБС «IPRbooks».
7. Горбачева, О. А. Подвижные игры: учебно-методическое пособие / О. А. Горбачева. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2017. — 99 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/73253.html>.
8. Гриженя, В. Е. Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: учебно-методическое пособие / В.Е. Гриженя. - М.: Советский спорт, 2005.
9. Жуков, М. Н. Подвижные игры: учебник для студентов вузов физической культуры / М.Н. Жуков. - М.: Академия, 2004.
10. Луценко, С. А. Организация и проведение соревнований по спортивным играм [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / С. А. Луценко. — Электрон. текстовые данные. — СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2010. — 52 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29982>. — ЭБС «IPRbooks».



11. Мартыненко, И. И. Подвижные игры в системе физического воспитания студентов: учебно-методическое пособие / И. И. Мартыненко, С. А. Кириенко. — Алматы: Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2013. — 76 с. — ISBN 978-601-247-821-1. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/70409.html>.

12. Мостовая, Т. Н. Физическая культура. Подвижные игры в системе физического воспитания в ВУЗе: учебно-методическое пособие для высшего образования / Т. Н. Мостовая. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016. — 72 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/65717.html>.

13. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. пособие / Д. И. Нестеровский. - М: Академия, 2007.

Учебное издание

ГАЛАНОВА Светлана Сергеевна

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:  
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Рабочая тетрадь

Редактор Г. В. Кошкина

Подписано в печать 29.12.2021. Формат 60x84 1/16. Уч. изд. л. 1,6.  
Тираж 200 экз. Заказ № 1129.

Федеральное государственное образовательное учреждение высшего образования «Чайковская государственная академия физической культуры и спорта» (ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)  
617764, Пермский край, г. Чайковский, ул. Ленина, 67, ауд. 201.  
[www.chifk.ru](http://www.chifk.ru)