

Урок физической культуры в в 3 классе



ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ



Игры

спортивные



подвижные



СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

- Площадка определённых размеров.
- Спортивный инвентарь.
- Строгие правила.
- Проводятся соревнования.
-





ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

- Не требуют сложного оборудования и специальных площадок.
- Играть можно на улице.





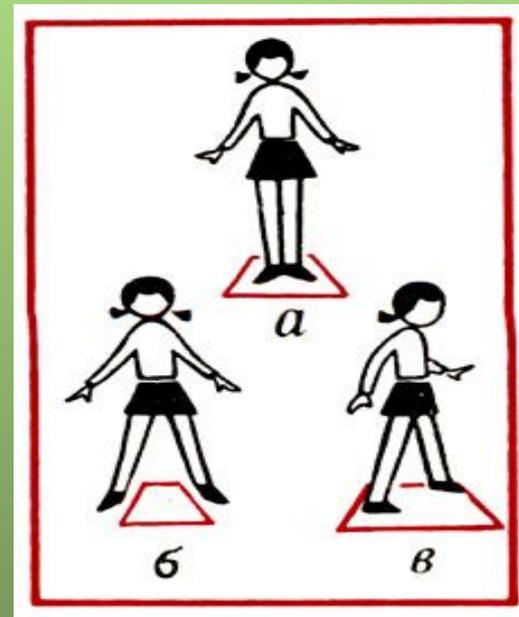
- Инвентарем часто служил подручный материал: палки, камешки, специально обработанные косточки животных (бабки), орехи, фасоль и т. п.
- Из специального инвентаря можно назвать мяч (из шерсти, кожи или тряпичный), биты (палки для метания), лапту (плоскую палку в виде узкой лопатки), «клёк» (короткую круглую чурку) и некоторые другие



игра "Найди спортивную игру"



• 1



2

Какая игра спортивная



•1



2



•1



2



•1



2



• 1



2

Какая игра не подвижная

1



2



4



•
• 3

Какая из игр не является ПОДВИЖНОЙ

• 1



• 2



• 3



• 4



Какая из игр не является спортивной

• 1



2



• 3



• 4



Какая игра не является подвижной?



Народные подвижные игры



- **Бук тянуть (Бука тянуть)**
- Это состязание повсеместно распространено в Прикарпатье, Карпатах и Закарпатье Украины. Часто в поединке использовалась прочная палка из бука, растущего в тех местах. Отсюда и название «Бук тянуть».

Участвуют в поединке двое,



- **Описание.**

Двое играющих садятся на пол или на землю, упираясь подошвами ног друг в друга. Оба берутся за прочную буковую палку и тянут ее (рис. 8). Особенно ценится умение не только оторвать соперника от земли, но и сильным рывком неожиданно перебросить его через себя. Победитель обычно приглашает следующего по очереди участника



187

- Тянуть палку начинают по сигналу посредника.
- Победителем считается тот, кто сумел заставить соперника оторваться от земли или выпустить палку из рук.



Полотенчико (Рушничок)



Играют весной или в начале лета на площадке, полянке, лужайке размером 30x10 м.

Две пары девочек становятся на расстоянии 20 м друг против друга, а посередине между ними - пара водящих.

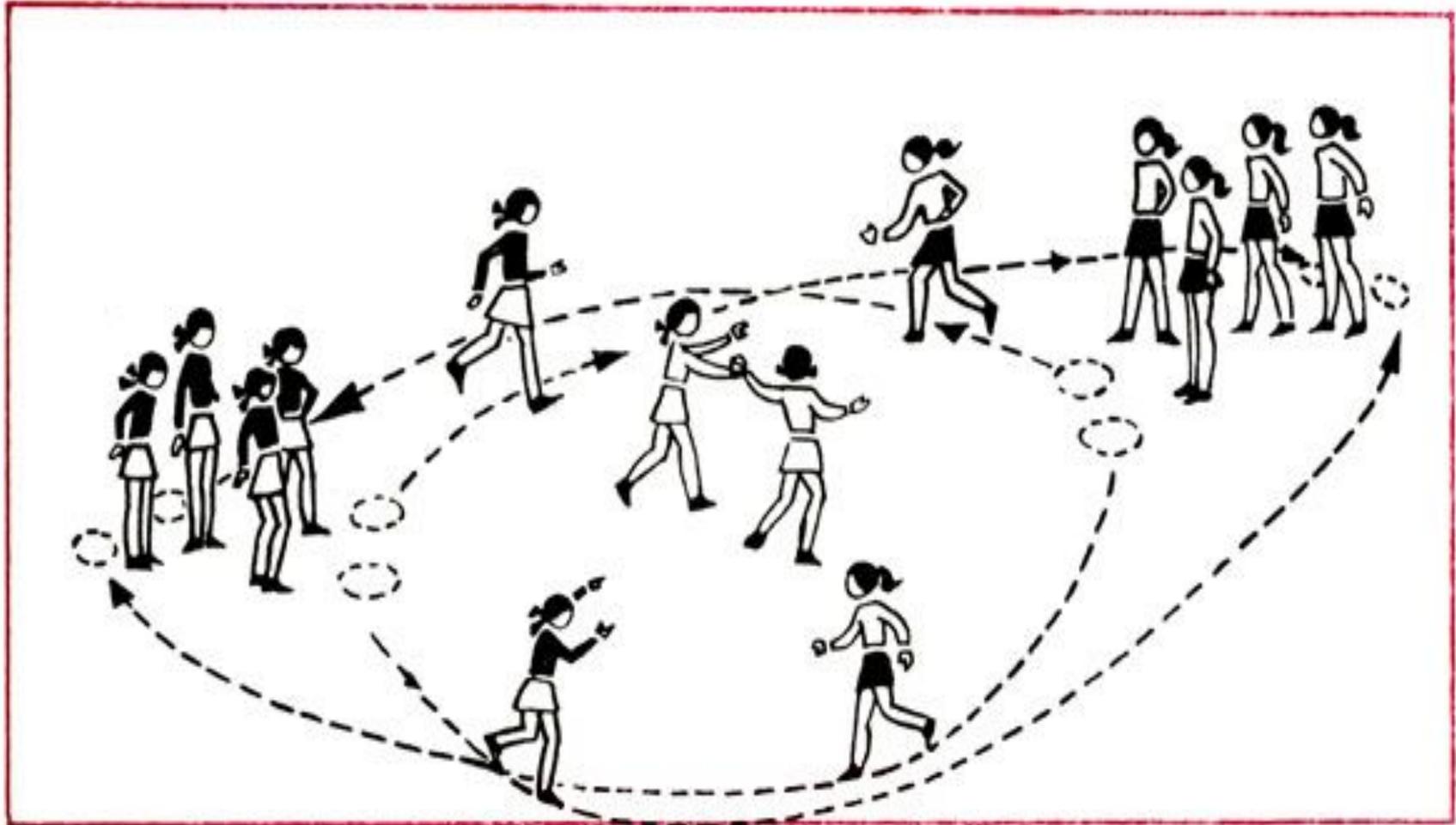
Описание.



По счету водящих «раз, два, три» правая и левая пары разъединяют руки и бегут навстречу друг другу, чтобы поменяться местами, а средняя пара ловит, не разъединяя рук, любого из бегущих (рис. 1).

Пара, один из игроков которой пойман водящими, меняется с ними местом и ролью.

Если водящим никого не удалось поймать, они водят снова.



А теперь к игре.