

# ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ БАСКЕТБОЛА



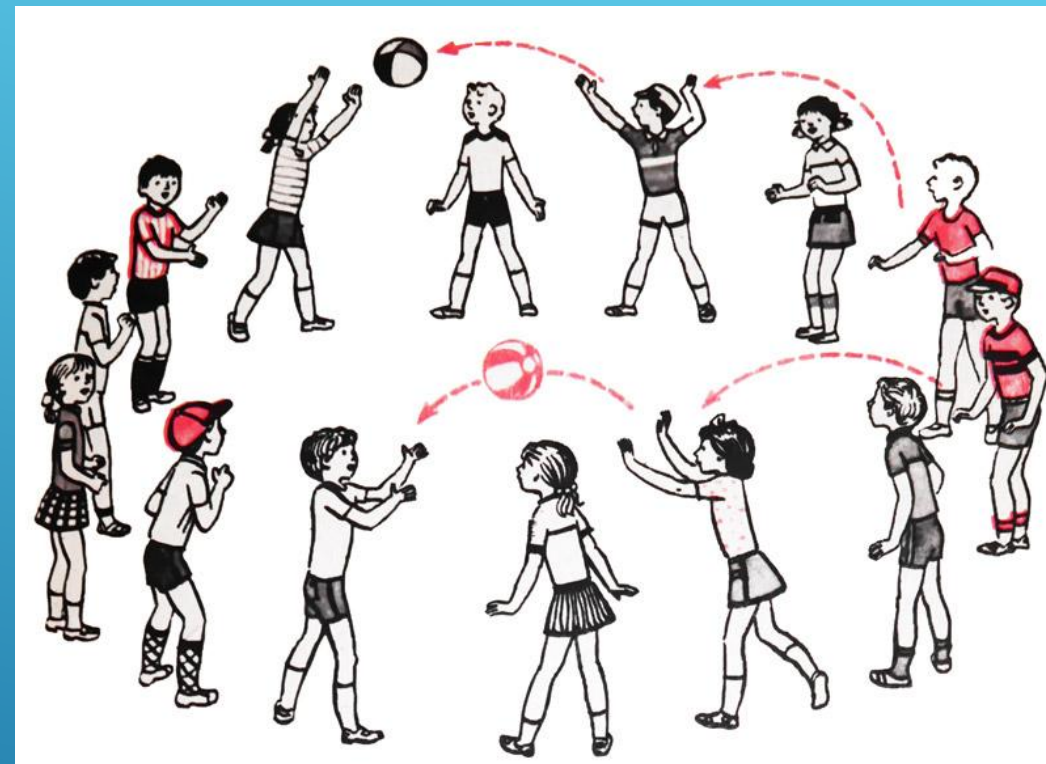
## Подвижная игра “Гонка мячей по кругу”

Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук и рассчитываются на первые и вторые номера. Первые номера — одна команда, вторые — другая.

Двух игроков, стоящих рядом, назначают капитанами и дают им по мячу.

Описание игры. По сигналу капитаны начинают передавать (перебрасывать) мячи по кругу, один вправо, другой влево, своим ближайшим игрокам, т. е. через одного. Мячи перекидывают до тех пор, пока они не возвратятся к капитанам.

Выигрывает команда, сумевшая быстрее провести мяч по всему кругу. Получив мяч, капитаны поднимают руки с мячом вверх. Игру можно проводить несколько раз подряд.



## Подвижная игра «Наседка и ястребы».

Играют две команды. Одна команда – «Ястребы» образуют круг, в руках у одного из игроков мяч.

Вторая команда – «Курица с цыплятами» строится внутри круга в колонну по одному, взявшись за пояс. Игроки первой команды. Передавая мяч, друг другу, стараются осалить последнего «Цыплёнка».



## Подвижная игра «Свободное место»

Играющие образуют круг по 6-8 человек. Игрок выполняет передачу любому партнёру и бежит за мячом. Игрок, получивший мяч, также передаёт его любому партнёру, но бежит уже на освободившееся место. Эта игра требует большого внимания.



## Подвижная игра «ПЕРЕДАЛ — САДИСЬ»

Участники игры разбиваются на несколько команд и выбирают капитанов. В каждой команде может быть по 6—8 человек.

Команды выстраиваются у черты в колонны по одному. Впереди каждой колонны, лицом к ней, на расстоянии 5—6 шагов становится капитан.

Капитаны получают по мячу. По сигналу каждый капитан бросает мяч первому игроку в своей колонне. Поймав мяч, игрок возвращает его капитану и садится на пол. Капитаны бросают мяч вторым, потом третьим игрокам и т. д. Каждый из них, вернув мяч капитану, садится на пол. Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан поднимает его вверх, а все игроки его команды вскакивают.

Выигрывает команда, капитан которой первым поднял мяч и игроки которой первыми вскочили.

Если во время игры кто-либо из игроков уронит мяч, он должен его поднять и бросить, встав перед варительно на свое место.

