

**Материал подготовила инструктор
по физической культуре**

Прокопенко Ирина Владимировна

Консультация для родителей на тему:

**«Спортивные игры для дошкольников.
Городки.»**



Лето – пора игр во дворе, на даче, на лужайке в лесу, в детском лагере отдыха. Поиграем в городки вместе с детьми.

Городки — старинная русская игра. Эта игра развивает глазомер, точность движений, укрепляет мышцы рук и плечевого пояса, вызывает сильные эмоции.

Игра в городки является прекрасным видом двигательного досуга, которая включает в себя и изучение элементов спорта, знакомство с ним, так и закаливание организма, общение детей друг с другом и со взрослыми.

Играя в городки, ребёнку разрешается делать то, что в реальной прогулке на свежем воздухе, как правило, делать запрещено: играть с палкой, бросать её, бегать, кричать. Всё это является естественной и необходимой для психического здоровья психоэмоциональной разгрузкой. Удовлетворение, возникающее в результате преодоления возникающих трудностей различного характера, способствует развитию волевых усилий, обогащению двигательного и жизненного опыта.

Помимо этого, городки могут являться одной из форм организации семейного досуга и укрепления связи поколений. Таким образом, привитие навыков, связанных с игрой в городки, для дошкольников означает физическое, психическое и социальное благополучие.

Как сделать своими руками набор для игры в городки?

Для изготовления набора для игры в городки Вам потребуется несколько черенков для лопат, которые продаются в хозяйственных магазинах:

1. Два черенка – это две биты.
2. Еще два черенка нужно распилить на кусочки так, чтобы получилось 10 одинаковых деревянных кусочков – «рюх», нужных для игры. Из этих кусочков – рюх – и строятся фигуры, которые называются «городки». Вот и весь необходимый минимальный набор!

Можно сделать набор и из другого материала. Примерные размеры: а) для бит из твердых пород дерева – длиной 80 см, диаметром 4-5 см, б) для городков (рюх) – длина 12-15 см, диаметр 4-5 см.

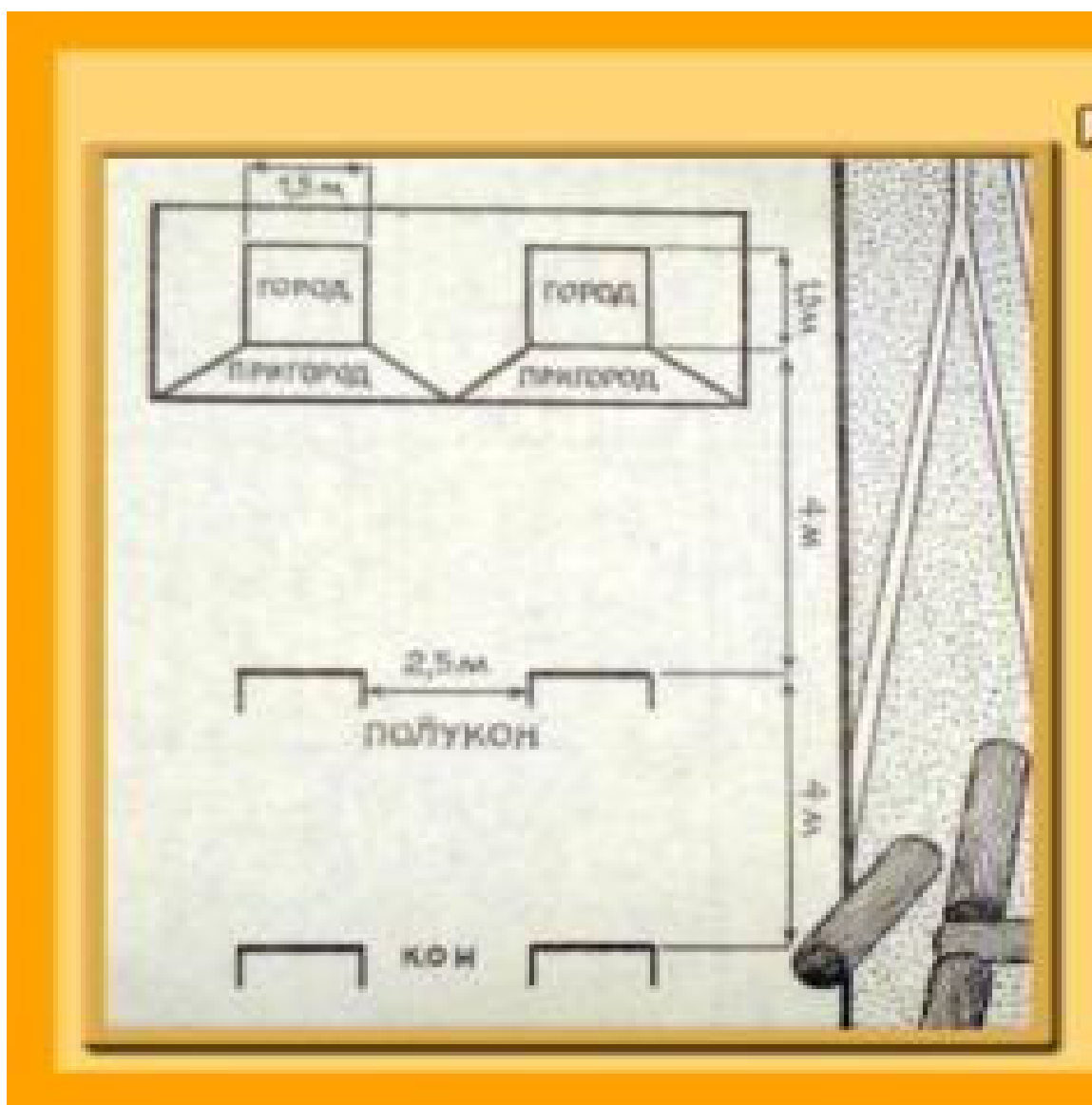
Еще Вам потребуется площадка для игры и мел, чтобы нарисовать город. На земле город рисуется палочкой или камешком.

Как подготовить площадку к игре в городки?

Начертите на площадке линии, которыми Вы обозначите два города, расположенные рядом, но на некотором расстоянии друг от друга (см. рисунок).

Отступив от городов на 3 метра (это расстояние дано для игры с детьми, можно его увеличивать), нарисуйте черту, с которой игроки будут метать биты. Это **полукоп**. Далее отступите еще несколько метров и начертите линию — **коп** (расстояние от полукопа до копа примерно 3 метра).

Размеры площадки нужно выбирать в зависимости от возраста детей. Чем меньше дети – тем меньше размер площадки и тем меньше расстояние до города от черты полукопа и копа.



Как играть в городки?

1. Игроки делятся на две команды. Команды должны быть равны по силе и ловкости. Играть можно и не командой, а даже парой, соревнуясь друг с другом, но интереснее и веселее играть командой с близкими и друзьями.
2. В каждой команде выбирается ведущий.
3. Бросается жребий и выбирается команда, которая будет начинать. Также по жребию определяется, где будет город у каждой команды. Если команда получила правый город, то они начинают первыми.
4. Все рюхи ставятся в город определенными фигурами (схемы фигур даны ниже). Сначала ставится и выбивается первая фигура, затем вторая и так далее в четко определенной последовательности. Названия фигур и игре в городки очень красивые и «говорящие» — пушка, звезда, колодец, артиллерия, часовые, тир, вилка, стрела, коленчатый вал, ракетка, серп, самолет, письмо и другие.



Играем в городки.

1. **Задача в игре в городки** – выбить все рюхи из города противника. Пока не выбито не одной рюхи, бьют битой с кона. Если выбита хотя бы одна рюха, то есть город разожжен, бьют с полукона (то есть с ближней линии к фигурам городка).
2. Команды бьют битой (метают) по очереди. Сначала метаут все игроки одной команды, потом все игроки другой команды.
3. Игра заканчивается тогда, когда из города противника выбиты все рюхи.

Задача – выбить все городки с меньшего количества ударов, то есть как можно быстрее.

Очень важное примечание:

1) Для игры с маленькими детьми (старшими дошкольниками) достаточно пяти фигур городков. Детям постарше можно уже в игре давать и десять фигур. А для подростков и взрослых можно использовать весь набор фигур в городки.

2) В игре с дошкольниками у каждого игрока одна бита, которой он выбивает фигуры. В игре с детьми постарше каждому игроку дают две биты и он, соответственно, делает два удара.

Чтобы было понятнее, как выбивать фигуры в этой игре, приведу **пример**. Команда поставила фигуру – звезда. Первый удар первого игрока делается с кона, увы, он не попал. Право хода переходит ко второму игроку. Он делает удар тоже с кона и выбивает одну рюху из фигуры — звезды. Ура! Теперь следующий игрок бьет уже не с кона, а с полукона и выбивает всю фигуру. Далее устанавливается другая фигура. Каждую новую фигуру начинают выбивать снова с кона. Так играют до последней фигуры пока ее не выбьют. Это один период игры в городки. Можно после отдыха сыграть еще раз – будет уже второй период игры. Сколько всего будет периодов (т.е. сколько раз будем играть), нужно договариваться заранее.

Если играют дети постарше, то изменение одно – каждый игрок может попробовать выбить фигуру с двух попыток (двух бит) и в нашей последовательности фигур будет уже не пять фигур, а десять.

Еще один пример игры с дошкольниками в городки командой. Первая команда ставит свою первую фигуру, выбивает ее, ставит вторую фигуру, выбивает и так далее, пока не выбьет все пять фигур. Считаем, со скольки ударов удалось выбить фигуры. Чем меньше ударов потребовалось для того, чтобы выбить все городки, тем лучше! Записываем получившиеся очки, то есть пишем цифру на земле или асфальте.

Далее ход переходит другой команде, которая тоже ставит в город и выбивает все свои пять фигур в заданной последовательности. Считаем, сколько ударов понадобилось второй команде для выбивания фигур. Записываем эту цифру – то есть очки. Сравниваем две цифры. У какой команды меньшее число очков – та и победила.

Основной элемент городошной техники – это бросок биты. Здесь недостаточно одной точности, необходим, кроме того, и точный расчет. Мало

попасть битой в фигуру, нужно еще, чтобы она полностью развернулась у цели и соприкоснулась с наибольшим числом городков.

Поэтому игре необходимо хорошо отработать бросок, чтобы бита всегда вращалась с одной скоростью и делала полный оборот вокруг своего центра тяжести, пролетев каждый раз одинаковое расстояние.

Техника броска биты состоит из следующих элементов:

- хват или держание биты за ручку;
- исходное положение - стойка;
- замах - отведение биты;
- разгон биты;
- выброс или финальное усиление.

Хват

«Хватом» называют удержание биты кистью. Существует много его разновидностей. Различают глубокий хват – конец ручки биты выходит за пределы кисти; средний – граница мякоти кисти совпадает с концом ручки; мелкий – ручка заканчивается под мизинцем руки игрока.

Разучивание хвата можно начинать уже в ясельной группе.

Стойка



Постановка ног. Правая стопа ставится впереди на расстоянии шага от левой. Вес тела равномерно распределяется на обе ноги, не наступая на линию. Туловище занимает естественное положение по отношению к постановке ног и раскрепощено, насколько позволяет удержание биты в руках. Голова направлена лицом к фигуре и остаётся в таком положении или близко к нему в течение всего броска. Продольная ось биты направлена в сторону фигуры.

Замах

Замах начинается с переноса веса тела на толчковую ногу, правая нога при этом незначительно сгибается в коленном суставе. Плечи немного отводятся назад и поворачиваются по часовой стрелке, увлекая руки с битой через сторону назад. Левая рука лёгким толчком освобождается от биты в направлении её, и продолжает закручивать плечи с позвоночным столбом. Правая рука продолжает отводить биту назад, постепенно выпрямляясь в локтевом суставе.

Выброс

Весь разгон и выброс правая рука выпрямлена и всю работу выполняет от плеча как одно целое с битой. Заканчивается бросок выбросом биты. При осуществлении броска инструктором объясняется, что в финальной части броска можно переносить центр тяжести тела и переступать после броска.

При проведении замаха и выброса следует обращать особое внимание на то, чтобы дети не отводили взгляда от фигуры, по которой они бросают.

Правила игры в городки

- Рюхи ставят у передней черты города точно посередине, то есть на равном расстоянии от боковых сторон.
- Каждый игрок команды бьет битой только один раз (в игре с дошкольниками).
- Если первый игрок команды выбил рюху, то все остальные игроки этой команды бьют дальше не с кона, а с полукона.
- После окончания игры команды меняются городами, и игра продолжается.
- Рюха считается выбитой, если она лежит за чертой города. Иногда в городках рядом с городом рисуется пригород (более сложный вариант игры). Тогда, если рюха закатилась в пригород, ее необходимо продолжать выбивать в следующих ходах.
- Если при выбивании фигуры бита улетела в город и не выкатилась из него, то она остается в городе до тех пор, пока не будет выбита другим игроком этой же команды вместе с рюхами.
- Если игрок заступил за черту кона или полукона при ударе, то удар не засчитывается. Об этом правиле нужно сразу же рассказать детям и следить вместе с ними, чтобы никто не заступал за линии при метании.

Источники консультационного материала

<http://rodnaya-tropinka.ru/kak-igrat-v-gorodki/>

<http://doshkolniki.org/fizkultura/115-sportivnye-igry-dlya-doshkolnikov-gorodki.html>

<http://loginov-lip.livejournal.com/1532917.html>

<https://infourok.ru/konsultaciya-russkaya-narodnaya-igra-gorodki-1128995.html>

Рекомендуемая литература для дополнительного ознакомления

1. А.И. Логинов "Городки: во дворе, в детском саду, в школе и в спортивной секции." – Липецк: ООО «Гравис», 2016. 118 - 122 с.
2. Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателя дет. сада/Сост. А. В. Кенеман; Под ред. Т. И. Осокиной. - М.: Просвещение, 1988. - 239 с.:
3. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 368 с. С. 245-246.
4. Д.В.Хухлаева «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях», 3 издание, Москва 1984.;