

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр развития творчества детей и юношества  
городского поселения «Рабочий поселок Чегдомын»  
Верхнебуреинского муниципального района Хабаровского края

Тема: **«от мячика до мяча 2»**

Творческий проект

Выполнили:

Бурлакова Екатерина Алексеевна 9 класс,  
Тимофеева Виолетта Евгеньевна 9 класс,  
Брусенцев Владимир Александрович 9 класс,  
Дрозд Виктория Андреевна 10 класс,  
Богомяков Данил Витальевич 10 класс.

Научный руководитель:

Переверзева Татьяна Геннадьевна,  
педагог дополнительного  
образования ЦРТДиЮ.

р.п. Чегдомын  
2019 г.

## Содержание

	стр.
Введение.....	3-4
1. Основная часть .....	5-7
2. Заключение.....	8
3. Список литературы. Интернет - источники.....	9
4. Приложение	

## Введение

Наблюдая за современными детьми и одноклассниками, мы заметили, что большинство из них ведут малоподвижный образ жизни. Они все свое свободное время сидят дома за компьютером общаясь с виртуальными друзьями или играют в онлайн - игры. Некоторые из них, наверняка уже, страдают компьютерной зависимостью и «оторвать» их от компьютера очень тяжело.

Мы тоже пользуемся компьютером и социальными сетями, но в отличие от наших сверстников, не «прожигаем» в интернете всё свое свободное время. Мы очень любим физкультуру и спорт и не первый год занимаемся в объединениях «Волейбол» и «Настольный теннис». Хотелось бы, чтобы к нам в группу и в другие спортивные объединения приходили новые мальчишки и девчонки, с которыми можно было-бы интересно пообщаться и просто поиграть в мяч.

Почему именно мяч?...Все мы с раннего детства очень любили играть с мячами, особенно с яркими и прыгучими. Он, как магнит, притягивает нас к себе. Мяч – это простой спортивный инвентарь, который не требует специальных условий для занятий. Но с ним можно весело провести свободное время и поиграть в разные подвижные и спортивные игры. Сейчас трудно представить, если бы в современном мире не было бы футбола, баскетбола, волейбола, гандбола, водного поло, регби, тенниса, да и просто подвижных игр с мячом. Какой бы не интересной и однообразной была бы тогда физкультура.

Наша инициативная группа решила разработать и провести мероприятие «От мячика до мяча» для детей и подростков и показать им, как можно без компьютера весело и с пользой для своего здоровья провести свободное время.

**Цель проекта:** привлечение детей и подростков в спортивные объединения ЦРТДиЮ.

**Задача:**

1. Провести спортивно-познавательные мероприятия «От мячика до мяча».

## 1. Основная часть

Наша инициативная группа из числа обучающихся объединений «Волейбол» и «Настольный теннис» в составе пяти человек, еще в прошлом 2017-2018 учебном году составила план по реализации проекта.

Посоветовавшись, мы пришли к общему мнению, что наше мероприятие будет состоять из двух частей:

1. познавательная презентация об истории возникновения и видоизменениях мяча.
2. Эстафеты и подвижные игры с использованием разных мячей.

В сети Интернет мы нашли много интересного по нашей теме. В ходе наших исследований было обнаружено, что мячи у разных народов были сделаны из разнообразных материалов и использовались по-разному. Мячи делали из камней, глины, перьев, плели из травы, лоскутов, пальмовых листьев, бересты и тростника, изготавливали из плодов деревьев, шерсти животных и вырезали из дерева. Затем мячи научились шить из кожи животных, набивая их травой и опилками.

Мы узнали, что история мяча длинна и запутана. Сегодня назвать точного изобретателя этого «круглого чуда» не могут ни историки, ни сами спортсмены. Известно лишь одно, что мяч возник в глубокой древности и за свою историю существования сильно изменился. Мяч был любимым развлечением у самых разных народов и использовался в религиозных обрядах. Мячи и предметы, похожие на мяч, археологи находят по всему миру. Например, найденный в древних египетских гробницах мяч, сшитый из кожи и набитый соломой, использовался детьми фараонов для веселья. А первый каучуковый мяч привез из Америки в Европу известный путешественник Христофор Колумб. Мяч был любимым развлечением у самых разных народов и использовался в религиозных обрядах. И много, много других интересных фактов о истории мяча.

С отобранного материала, участники проекта Вика Дрозд и Брусенцев Владимир, сделали интересную презентацию «От мячика до мяча» в программе PowerPoint, а Вета Тимофеева и Катя Бурлакова провели разработанное мероприятие для обучающихся объединения «Настольный теннис» первого года обучения.

Из нашего рассказа ребята узнали для себя много нового и интересного про мячи, какого размера они были, из чего их изготавливали и как использовали в древности. Интересно было узнать, что мячи и предметы, похожие на мяч, археологи до сих пор находят по всему миру.

Мы постарались сделать презентацию интересной и в тоже время не долгой по времени, чтобы у обучающихся не пропал интерес к мероприятию (Приложение 1).

Мы не зря старались. Ребята с большим удовольствием слушали наш рассказ и рассматривали картинки с мячами. После познавательной части нашего проекта, предложили всем пройти в спортивный зал и принять участие в эстафете с использованием разных мячей.

Наш педагог Татьяна Геннадьевна предложила для проведения эстафет и подвижных игр использовать разные мячи, которые есть в нашем Центре. Эта идея нам понравилась. За время обучения в ЦРТДиЮ мы неоднократно и с большим удовольствием принимали участие в разных эстафетах, поэтому не стали искать эстафеты в Интернете, а использовали те, в которых сами участвовали и знали как их провести. Отобрав самые интересные эстафеты и игры, мы изменили в них только используемые мячи. Ответственный за инвентарь, подбор мячей к эстафетам и играм были Брусенцев Владимир и Богомяков Данил, а Тимофеева Виолетта и Бурлакова Катя - ведущими.

В эстафетах были использованы: волейбольные, баскетбольные, набивные, теннисные, массажные и резиновые мячи, большие и средние фитболы (Приложение 2). Эстафеты проходили очень весело и с большим

азартом. После их завершения все с большим удовольствием поиграли с мячами в свои любимые игры: «Снежный ком», «Снайпер», «Котел».

Но и после игр все не хотели расходиться и предложили поиграть в и любимый «Пионербол».

Наше спортивно-познавательное мероприятие «От мячика до мяча» продолжалось почти два часа. Детям и нам оно очень понравилось. Все ушли домой уставшие, но довольные и веселые.

Собравшись после мероприятия для подведения итогов, нас переполняли эмоции. Мы решили не останавливаться на достигнутом и провести такое-же мероприятие для детей нашего Центра во время оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «Солнышко» и для членов клуба «Семейный спорт», организованного на базе нашего учреждения. У нас все получилось. В июне 2018 года и в марте 2019 мы провели запланированные мероприятия и привлекли к участию в них более 100 детей, подростков и их родителей.

В результате проведения мероприятий, объединения «Настольный теннис и «Волейбол» пополнились новыми обучающимися. Заниматься настольным теннисом пришли 3 человека, а волейболом и пионерболом – 6 учащихся в возрасте от 7 до 15 лет. Клуб «Семейный спорт» пополнил свои ряды новыми семьями. Теперь занимаются волейболом и пионерболом еще 3 семьи – 10 человек.

## 2. Заключение

Работа над проектом нас очень увлекла и вдохновила. Наш долгосрочный проект, который длился два года, закончен. Мы смогли показать детям и подросткам, что мяч – это удивительный спортивный инвентарь, с которым можно весело и с пользой для своего здоровья провести свободное время.

Считаем, что поставленную задачу проекта выполнили, и цели своей достигли. В результате реализации проекта мы смогли привлечь в объединения «Настольный теннис», «Волейбол/пионербол» и в клуб «Семейный спорт» 19 человек (14 детей и 5 родителей). Надеемся, что наши спортивные объединения, в которых занимаются игровой деятельностью с мячами, в дальнейшем пополнятся новыми обучающимися.

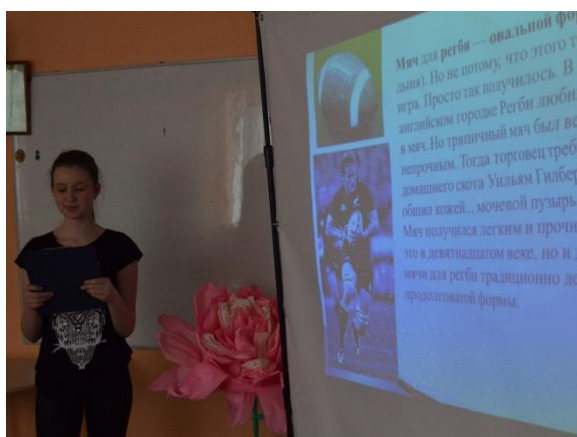


## Список литературы и Интернет-источников

1. Н.Н. Николаева. Книга «Школа мяча». Санкт-Петербург. Детство-Пресс – Физическая культура. 2008 г., 96 стр.
2. История появления мяча  
[74438s017.edusite.ru/DswMedia/istoriyapoyavleniyamyacha.pdf](http://74438s017.edusite.ru/DswMedia/istoriyapoyavleniyamyacha.pdf)
3. Игры с мячом — [Википедия ru.wikipedia.org/wiki/](http://ru.wikipedia.org/wiki/)
4. Мяч - Википедия [encyclopaedia.bid/википедия/](http://encyclopaedia.bid/википедия/)

Презентация проекта «От мячика до мяча»

Ведущие: Тимофеева Виолетта и Бурлакова Екатерина



Участники проекта:





# Презентация проекта «От мячика до мяча»



**Мяч** – это не только удивительная, самая древняя и любимая игрушка всех народов мира, но и отличное средство для развития физических качеств детей и подростков. Игры и упражнения с мячом способствуют развитию ловкости и быстроты реакции, улучшают координацию движения, учат ориентироваться в пространстве, укрепляют мышцы плечевого пояса, развивают и укрепляют мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера и меткости.



## История возникновения и развития мяча

Мяч появился в глубокой древности.

Мячи делали из камней, глины, плели из травы, пальмовых листьев, изготавливали из плодов деревьев, шерсти животных, вырезали из дерева. Затем мячи научились шить из кожи животных, набивая их травой и опилками.



Мяч из камня



Мяч из травы



Мяч из бересты



Мяч из тростника



В Древней Греции имеющий форму солнечного диска мяч считался идеальным предметом, и по предположению греков должен был обладать магической силой. Здесь мячи делали из кожи, оболочку набивали перьями или мхом. Называли мяч «фоллисом». Маленькие фоллисы перекидывали друг другу руками, большие – использовали для игры в футбол.



2 тыс. лет назад, в Риме учитель гимнастики Аппиус, проходя мимо мясной лавки, обратил внимание на большой бычий пузырь. Надутый воздухом и перевязанный веревкой, он висел над входной дверью для красоты. Ветер трепал пузырь и стучал его об стену, а он отскакивал. Тут Аппиус и осенило. Он купил пузырь, принес домой и обшил его кожей, получился мяч – легкий и прыгучий.



Японцы изобрели игру, названную Кемари (или Кенатт). **Кэмари** – разновидность футбола. В нее играло до 8 человек. Мяч диаметром около 25 см был покрыт мягкой кожей и набит опилками. Игрок должен был не допустить касания мячом пола, пасуя и жонглируя им ногами.



**Шары темари** зародилась в Китае – это универсальная вещь, предметы забавы японской знати. На сегодняшний день очень популярны в разных странах мира, созданные своими руками, они идеально подходят в качестве подарка. Делают их дерева и обшивают разными нитями и узорами.



**Мяч** – это древнеславянское слово.

В разных славянских языках оно созвучно: в украинском мяч и в белорусском тоже мяч; болгарское мечка значит «хлеб с сыром в форме шара», а сербохорватское меча – «мягкое, мякиш хлеба».



Лоскутные мячики



В Египте существовали игры похожие на футбол. На картинке изображен льняной мяч, найденный в египетской гробнице. Для лучшего отскока, мячи наматывались на сферу, после чего оборачивались в кожу или замшу.



Самый первый мячик для игры в бадминтон был сделан из яблока. Брли твердое незрелое яблочко, втыкали в него гусиные перья и перебрасывали друг другу самодельными ракетками. Было это в Японии, оттуда игра попала в Индию, а из Индии ее привез в Европу один английский герцог, замок которого находился неподалеку от города Бадминтон. Игру так и назвали. А яблочко к тому времени, конечно, заменили на пробковый мячик, а затем и валанчик.



Спустя много лет, в Америке, появился первый резиновый мяч. Местные индейцы научились делать его из смолы, которую добывали из разрезов коры деревьев. Такой мяч назывался «каучу». Этот мяч был очень прочный и прыгучий. Каучуковый (резиновый) мяч первым из европейцев увидел знаменитый путешественник Христофор Колумб и первый привез его в Европу.

### Современные мячи

Мяч для регби — овальной формы (как дыня). Но не потому, что этого требует игра. Просто так получилось. В английском городке Регби любили играть в мяч. Но тряпичный мяч был весьма непрочным. Тогда торговец требухой домашнего скота Уильям Гилберт взял и обшил кожей... мочевой пузырь свиньи. Мяч получился легким и прочным. Было это в девятнадцатом веке, но и до сих пор мячи для регби традиционно делают продолговатой формы.

**Спасибо за внимание!**



Спортивная эстафета



## Подвижные игры



Игра «Котел»

Игра «Снежный ком»



Игра «Снайпер»

Игра «Пионербол»







Участники спортивно-познавательного мероприятия  
«От мячика до мяча»



## **Сценарий спортивно-познавательного мероприятия «От мячика до мяча»**

*Цель:* развитие интереса детей и подростков к подвижным играм с мячом.

*Задачи:*

1. познакомить обучающихся с историей появления и видоизменениях мяча;
2. провести спортивную эстафету и подвижные игры с мячами.

*Участники мероприятия:* обучающиеся объединения «Настольный теннис» в возрасте от 7 до 13 лет, дети оздоровительного лагеря «Солнышко» и члены клуба «Семейный спорт».

*Ведущие:* 1- Тимофеева Виолетта, 2 - Бурлакова Екатерина.

*Место проведения:* кафе, спортивный зал ЦРТДиЮ.

*Спортивный инвентарь и оборудование:* проектор, компьютер, мячи (по два мяча): волейбольные, баскетбольные, набивные резиновые, теннисные мячи и шарики, массажные, большие и средние фитболы, 2 бадминтонные ракетки, 8 мягких блоков, 2 гимнастические палки.

### **Ход проведения мероприятия:**

#### ***1. Познавательная презентация об истории появления и видоизменениях мяча.***

*Ведущий 1.*

Здравствуйте ребята, мы очень рады вас сегодня видеть на нашем мероприятии.

Все мы дети и очень любим играть с разными игрушками, но наверное самая любимая для нас это мяч. Мяч занимает первое место по популярности в детских играх. Он, как магнит, притягивает нас к себе. И это очень хорошо, потому, что Мяч – это не только удивительная, самая древняя и любимая игрушка всех народов мира, но и отличное средство для развития физических качеств детей и подростков. Игры и упражнения с мячом способствуют развитию ловкости и быстроты реакции, улучшают координацию движения, учат ориентироваться в пространстве, укрепляют мышцы плечевого пояса, развивают и укрепляют мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера и меткости.



### *Ведущий 2.*

А что вы знаете и можете рассказать про мячи? Когда появился первый мяч? Какие виды спорта вы знаете с использованием мяча?.....

Да. Сейчас трудно представить, если бы в современном мире не было бы футбола, баскетбола, волейбола, гандбола, водного поло, регби, тенниса, пин-понга, да и просто подвижных игр с мячом. Какой бы неинтересной и однообразной была бы физическая культура без мяча.

### *Ведущий 1.*

Сегодня мы бы хотели вас познакомить с историей развития мяча. Как оказалось она очень длинная и запутанная. Сегодня назвать точного изобретателя этого «круглого чуда» не могут ни историки, ни сами спортсмены. Известно лишь одно, что мяч возник в глубокой древности и за свою историю существования претерпел много изменений.

Археологи по всему миру находят предметы, отдаленно напоминающие мяч. И точно можно сказать лишь одно, мяч появился в глубокой древности, был любимым развлечением у самых разных народов и изначально использовался в религиозных обрядах.

### *Ведущий 2.*

Мячи и предметы, похожие на мяч, археологи находят по всему миру. Найденный в древних египетских гробницах мяч, сшитый из кожи и набитый соломой, использовался детьми фараонов для веселья. Мячи делали из камней, глины, плели из травы, пальмовых листьев, тростника, изготавливали из плодов деревьев, шерсти животных, вырезали из дерева. Затем мячи научились шить из кожи животных, набивая их травой и опилками.

### *Ведущий 1.*

В Древней Греции имеющий форму солнечного диска мяч считался идеальным предметом, и по представлению греком должен был обладать магической силой. Здесь мячи делали из кожи, оболочку набивали перьями или мхом. Называли мяч «фоллисом». Маленькие фоллисы перекидывали друг другу руками, большие – использовали для игры в футбол. Древние греки набивали мячи, сшитые из кожи, мхом и перьями, а римляне – набивали семенами плодов различных растений.

### *Ведущий 2.*

Но однажды, 2 тыс. лет назад, в Риме случилось вот что. Учитель гимнастики, звали его Атциус, проходя мимо мясной лавки, обратил внимание на большой бычий пузырь. Надутый воздухом и перевязанный веревкой, он висел над входной дверью для красоты. Ветер трепал пузырь и стучал его об стену, а он отскакивал. Тут Атциуса и осенило. Он купил

пузырь, принес домой и обшил его кожей, получился мяч – легкий и прыгучий. Вот таким было открытие!

#### *Ведущий 1.*

В Древней Японии также любили командные игры. Правда, правила запрещали мячу касаться пола, поэтому команды должны были перекидывать друг другу мяч руками, а забивали его также в ворота. Японцы изобрели игру, названную Кемари (или Кенатт). Кэмари— разновидность футбола. В нее играло до 8 человек. Мяч диаметром около 25 см был покрыт мягкой кожей и набит опилками. Игрок должен был не допустить касания мячом пола, пасуя и жонглируя им ногами.

#### *Ведущий 2.*

А вот японские шары **темари** зародилась в Китае – это универсальная вещь, предметы забавы японской знати. На сегодняшний день очень популярны в разных странах мира, созданные своими руками, они идеально подходят в качестве подарка. Делают их дерева и обшивают разными нитями и узорами.

Мяч – это древнеславянское слово. В разных славянских языках оно созвучно: в украинском - мяч и в белорусском тоже мяч; болгарское мечка значит «хлеб с сыром в форме шара», а сербохорватское меча –«мягкое, мякиш хлеба».

#### *Ведущий 1.*

На Руси везде встречались и сшитые тряпичные мячики, набитые ветошью, шерстью, куделью. Они повторяли конструкции старинных кожаных мячей. И в то же время игрушки превращались в художественные изделия. Шили мячи разных размеров. Малые мячики служили для игр типа лапты, большого диаметра могли использовать для игр, подобных современному футболу и волейболу. Изготавливали мячи-погремушки, цветастые тряпичные шарики, похожие на мячики, которые привлекали внимание ребёнка ещё в колыбели. Их набивали тряпьем, обшивали яркими лоскутками. В деревнях делали так же мячики, плетенные из лыковых или берестяных ремешков, красивые и легкие. Иногда внутрь заплетали комок глины – такой мяч «с тяжестью» дальше летел и годился для игры ногами.

#### *Ведущий 2.*

Всевозможные артефакты из египетских гробниц, свидетельствуют о том, что в Египте существовали игры похожие на футбол. На картинке изображен льняной мяч, найденный в египетской гробнице. Для лучшего отскока, мячи также включали в себя кетгут, намотанный на сферу, после чего оборачивались в кожу или замшу.

### *Ведущий 1.*

Мячик для игры в бадминтон вообще делали из яблока. Да, брали твердое незрелое яблочко, втыкали в него гусиные перья и перебрасывали друг другу самодельными ракетками. Было это в Японии, оттуда игра попала в Индию, а из Индии ее привез в Европу один английский герцог, замок которого находился неподалеку от города Бадминтон. Игру так и назвали. А яблочко к тому времени, конечно, заменили на пробковый мячик, а потом и валан.

### *Ведущий 2.*

Разные народы не только любили играть с мячом, но и уважали мяч. Например, в Древней Греции он считался самым совершенным предметом, так как он был похож на солнце, а значит (по мнению греков) обладал волшебной силой.

Спустя много лет, в Америке, появился первый резиновый мяч. Местные индейцы научились делать его из смолы, которую добывали из разрезов коры деревьев. Такой мяч назывался «каучу». Этот мяч был очень прочный и прыгучий. Каучуковый (резиновый) мяч первым из европейцев увидел знаменитый путешественник Христофор Колумб и первый привез его в Европу. Резиновый мяч быстро раскатился по всему миру.

### *Ведущий 1.*

Шло время, мячи менялись, менялись и материалы, из которых они сделаны. Современные мячи различаются по размерам и назначению. Разные мячи применяются для игры в волейбол, баскетбол, футбол, теннис, водное поло, регби, в пушбол (конный спорт), мотобол и многие другие. У каждой из них — своя история.

### *Ведущий 2.*

Самой популярной игрой в мире, безусловно, является футбол, родиной его считается Англия. А баскетбол своему названию обязан корзине... из-под персиков. Именно её приспособили для первого на планете баскетбольного матча. Изобретатель этой игры американец Джеймс Нейсмит. «Бол» - «мяч», «баскет» - «корзина».

А преподаватель физкультуры одного из колледжей США придумал вот какую игру. Однажды он предложил своим ученикам побросать и ловить резиновую надувную камеру через рыболовную сеть. Затем были придуманы первые правила игры и назвали её «минтонет». А через год эта игра уже демонстрировалась на конференции колледжей и стала называться по другому— "волейбол".

### *Ведущий 1.*

Материалы для мячей использовались разные. Зато форма всегда была одинаковая — круглая. С одним только исключением. Мяч для регби — овальной формы (как дыня). Но не потому, что этого требует игра. Просто так получилось. В английском городке Регби любили играть в мяч. Но тряпичный мяч был весьма непрочным. Тогда торговец требухой домашнего скота Уильям Гилберт взял и обшил кожей... мочевого пузыря свиньи. Мяч получился легким и прочным. Было это в девятнадцатом веке, но и до сих пор мячи для регби традиционно делают продолговатой формы.

### *Ведущий 2.*

На сегодняшний день существует много разных мячей для видов спорта, физических упражнений, массажа и других. Все мячи очень сложно перечислить. Некто точно не может сказать сколько видов их существует.

Надеемся, что вам понравилась наша презентация и вы много узнали о мячах. А сейчас предлагаем пройти в спортивный зал, где вы сможете поучаствовать в эстафетах и подвижных играх с использованием различных мячей.

## ***II. Спортивная эстафета и подвижные игры с использованием разных мячей.***

Перед началом проведения участники делятся на две равных команды по возрасту.

### *Спортивные эстафеты.*

#### **1. «Передал - садись» (волейбольные мячи).**

Описание эстафеты: команды выбирают капитанов. На площадке на расстоянии 3 м чертят две параллельные линии: за одной выстраиваются команды, за другой встают капитаны, каждый лицом к своей команде. У капитанов в руках по баскетбольному мячу.

По сигналу ведущего, капитаны одновременно бросают мячи впереди стоящим игрокам своих команд. Поймав мяч, игрок выполняет бросок обратно капитану, а сам убегает, занимая место в конце колонны. Затем капитан бросает мяч второму игроку, а получив его обратно — третьему и т.д. по порядку. Эстафета заканчивается, когда у стартовой линии окажется игрок, который первым ловил мяч, брошенный капитаном.

#### **2. «Снежный ком» (большие мячи - фитболы).**

Описание эстафеты: игроки выстраиваются друг за другом в колонну. По очереди бегут, стараясь обходя препятствия (мягкие блоки) змейкой, катить большой мяч перед собой. Обойдя препятствия и вернувшись обратно, передают эстафету следующему и т.д.. Выигрывает команда, последний игрок которой быстрее прибежит к финишу.

### 3. «Тоннель» (баскетбольные мячи).

Описание эстафеты: Игроки команд выстраиваются в колонну друг за другом, ноги шире плеч (образуют тоннель). По сигналу судьи, участники команд по очереди бегут с мячом в руках до фишки (стойки), обегает ее и возвращается обратно в конец колонны, прокатывают мяч под ногами игроков (игроки помогают мячу прокатиться) до впереди стоящего игрока, тот берет мяч в руки и бежит до препятствия и обратно и т.д.. Эстафета заканчивается, когда первый игрок команды не окажется с мячом в руках.

### 4. «Хоккеисты» (набивные мячи, гимнастические палки).

Описание эстафеты: у первых участников команд в руках гимнастическая палка. По сигналу они должны по очереди довести палкой набивной мяч до препятствия и таким же способом вернуться обратно. Побеждает команда, в которой последний игрок первым выполнил задание.

### 5. «Попрыгунчики» (средние мячи- фитболы).

Описание эстафеты: участники по очереди прыгают на фитболах до препятствия, обратно возвращаются с мячом в руках. Побеждает команда, в которой последний игрок первым пересек линию финиша.

### 6. «Ловкачи» (теннисные мячи или шарики, бадминтонные ракетки).

Описание эстафеты: у первых участников команд в руках бадминтонные ракетки, на которых лежат теннисные мячики. По сигналу ведущего, участники должны, не уронив мячики, пронести их на ракетки змейкой до препятствия и обратно, передав следующему. Побеждает та команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

### 7. «Кенгуру» (массажные мячи).

Описание эстафеты: участники по очереди должны допрыгать по препятствия с мячом, зажатым между коленями (прыгать нужно как кенгуру-ноги вместе), и вернуться назад с мячом в руках, передав эстафету следующему. Побеждает команда, все игроки которой быстрее выполнили задание.

### *Подвижные игры с мячами.*

#### 1. «Снайпер».

Игра проводится на волейбольной площадке. Игроки находятся в центре площадки. С правой и левой стороны от них, за линией, два снайпера. Задача снайперов - за определенное время (3-5 минут) выбить наибольшее количество игроков. По истечении времени водящие (снайперы) меняют.

#### 2. «Котел».

Игроки команд строятся в круг на расстоянии вытянутых рук. По сигналу преподавателя игроки перебрасывают мяч друг другу стараясь

отбить его. Кто не отбил, садиться в круг и старается поймать мяч от других игроков, поймал - выходит из круга и продолжает игру в кругу со всеми.

### 3. «Снежный ком».

Игроки свободно распределяются по небольшой площадке. Перед водящим на полу лежит большой мяч - фитбол. По сигналу ведущего, водящий старается догнать одного из игроков, накатив на него мяч. Кого задела, тот становится ведущим и так далее. Выигрывает игрок, которого за определенное время продолжения игры не был водящим.

### 4. «Пионербол».

Описание игры: Участники игры делятся на две команды и располагаются по обе стороны от волейбольной сетки. Расстановка игроков в пионерболе распределяет ведущий или педагог. Игроки по очереди подают (перекидывают) мяч на сторону противника, игроки которой должны его поймать и перекинуть мяч на сторону противника. Не поймали (мяч упал на пол) считается гол. Если мяч упал на пол с противоположной стороны, то мяч передается другой команде и первый игрок подает мяч. И так далее. Игра продолжается до 15 или 25 очков.