Ігри для 1-4 класів на уроках фізичної культури

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "ПРОСТАЯ АРИФМЕТИКА"

Ребята строятся в шеренгу по одному. Ведущий называет одно за другим различные числа, а ученики после каждого числа называют следующее по порядку. Если в этом числе окажется нуль, следует поставить руки на пояс, если два нуля — руки вперед, три нуля — присесть. Например: 29/30 — руки на пояс; 99/100 — руки вперед; 1999/2000 — приседание. Отмечаются игроки, допустившие меньше ошибок.

В а р и а н т . Ученики выполняют задание, двигаясь е колонне по одному. Те, кто ошибся, становятся в конец колонны.

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "ОВОЩИ — ФРУКТЫ"

Играющие строятся в шеренгу по одному. Ведущий называет различные овощи и фрукты. Если названное слово относится к овощам, то игроки должны быстро присесть, а если к фруктам — поднять руки вверх. Ученики перепутавшие овощи с фруктами, каждый раз делают шаг вперед. Побеждают те, кто сделал меньше ошибок.

Варианты:

1. Ребята делятся на две команды и встают в две шеренги лицом друг к другу на расстоянии 3—4 м. На одном из флангов стоит ведущий. При названии фруктов поднимают руки игроки шеренги, стоящей справа от ведущего, а при названий овощей — игроки. стоящие слева. За каждую ошибку, допущенную игроком, его команда получает штрафное очко. Побеждает команда, получившая меньше штрафных очков.

2. Ученики движутся в колонне по одному. Ведущий называет различные овощи и фрукты. Если слово относится к овощам, все идут в приседе, руки на коленях; если к фруктам — на носках, руки за голову. Ошибившиеся становятся в конец колонны.

ИГРА НА ВНИМАНИЕ " ЗАПРЕЩЕННОЕ ЧИСЛО"

Играющие образуют круг, а ведущий встает в центре круга. Он подходит к любому игроку и, указав на него, говорит: «Один». Игрок, стоящий справа, говорит: «Два». И т. д. Игроки, которым выпадет число 3, число, делящееся на 3 или содержащее цифру 3, не называя этих чисел, должны выполнить какое-либо движение (присед, руки за голову, руки вперед и др.). Игрок, назвавший запрещенное число или опоздавший выполнить соответствующее движение, получает штрафное очко. Побеждают ребята, получившие меньше штрафных очков.

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "СПРАВА И СЛЕВА"

Играющие встают в круг, спиной к центру. Ведущий движется вдоль внешней стороны круга и, остановившись около одного из игроков, говорит: «Руки!» Игрок, к которому он обратился, стоит спокойно, зато сосед справа поднимает правую руку, а сосед слева — левую. Тот, кто ошибётся, выбывает из игры. К концу игры остаются лишь самые внимательные.

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "ВСЕ НАОБОРОТ"

Ученики строятся в шеренгу по одному, лицом к ведущему. Ведущий выполняет различные общеразвивающие упражнения: движения руками, наклоны, повороты и т. п. Играющие повторяют за ним упражнения, но в противоположном направлении. Например, ведущий принимает упор присев, а ученики поднимаются на носки, руки вверх; ведущий делает наклон туловища влево, а ученики — вправо. Допустившие ошибки каждый раз делают шаг вперед. Побеждает тот, кто сделал меньше ошибок.

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "ПОСМОТРИ И ЗАПОМНИ"

Играющие разбиваются на две команды. Игроки каждой команды садятся на гимнастическую скамейку, каждая команда лицом в противоположную сторону. За 1—1,5 мин. ребята должны запомнить в деталях все, что видят перед собой: расположение гимнастических снарядов, число светильников: и т. п. Затем команды поворачиваются лицом друг к другу и ребятам предлагается рассказать, что они запомнили. Для этого игроки противоположных команд по очереди задают друг другу вопросы. Например: что лежит за гимнастическим конем? Сколько мячей разложено на полу? Что стоит около крайнего окна? И др. За каждый правильный ответ команда получает 1 очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "ПРАВИЛЬНО—НЕПРАВИЛЬНО"

Играющие строятся в шеренгу и рассчитываются на первый-второй, образуя две команды. Ведущий подает ряд команд, одни из которых правильные, а другие неправильные. Выполнять надо лишь правильные команды. Например, ведущий говорит: «Направо равняйсь!» (слово «направо» не нужно), «По порядку номеров рассчитайсь!»

(слово «номеров» лишнее), «С левой ноги шагом марш!» (надо «Шагом марш»), «На месте стой!» (нужно только «На месте» или только «Стой»). За выполнение неправильных команд игроки получают штрафные очки. Выигрывает команда, получившая меньше штрафных очков.

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "ТРИ—-ТРИНАДЦАТЬ—ТРИДЦАТЬ"

Ученики движутся в колонне по одному. Ведущий находится в середине площадки (зала) и быстро называет то одно, то другое число, а играющие каждый раз выполняют заранее обусловленные движения. Например, на число «три» ставят руки на пояс, «тринадцать» — руки вперед, «тридцать» — руки за голову. Сам же ведущий принимает положение, не соответствующее данному числу, тем самым пытаясь заставить играющих ошибиться. Игроки, допустившие ошибку, становятся в конец колонны. Побеждают самые внимательные.

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "ЗЕМЛЯ-ВОДА-ВОЗДУХ"

Игроки образуют круг, ведущий с мячом становится в центре. Он бросает любому из игроков мяч, называя одно из слов: «земля», «вода» или «воздух». Игрок, поймав мяч, должен быстро назвать животное, рыбу или птицу, обитающих в указанной среде. После этого он возвращает мяч ведущему, а тот бросает мяч следующему ученику, снова называя одно из указанных слов. Ответы игроков не должны повторяться. В конце игры отмечаются ученики, допустившие меньше ошибок.

Играющие образуют круг и становятся вплотную друг к другу, руки за спину. У одного игрока в руках маленький мячик или кубик. В центре круга находится водящий. По знаку руководителя играющие начинают передавать друг другу предмет, стремясь делать это незаметно для водящего. Задача водящего — внимательно наблюдая за действиями игроков, отгадать, у кого мячик. Тот, на кого он укажет, вытягивает руки вперед. Если водящий угадал, то этот игрок и водящий меняются ролями.

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "КТО НАЧИНАЕТ!"

Играющие образуют круг и выбирают водящего, который на время покидает зал. Из числа играющих назначается второй водящий. Его роль состоит в том, чтобы показывать различные движения, повторяемые всеми участниками. Пока ученики проделывают движения вслед за вторым водящим, возвращается первый водящий. Его задача — внимательно наблюдая за всеми, определить того, кто начинает движения, т. е. второго водящего. После того как ему это удалось, назначаются новые водящие.

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "ТОНКИЙ СЛУХ"

Играющие движутся в колонне по одному и слушают сигналы, подаваемые ведущим. У ведущего два свистка разной тональности. По сигналу каждого свистка ученики выполняют различные движения. Например, по сигналу первого свистка делают шаг в сторону и останавливаются, по сигналу второго свистка продолжают движение. Тот; кто путает сигналы, становится в конец колонны. Побеждают ребята, допустившие меньше ошибок.

Вариант.

Играющие строятся в шеренгу и рассчитываются на первый-второй, образуя две команды. Ведущий стоит за спинами игроков, так что они его не видят. Каждая команда выполняет установленные движения только по «своему» свистку. Сигналы подаются не по очереди, а вразнобой. Выигрывает команда, которая меньше путала сигналы (при равном количестве повторений).

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "НЕ УСПЕЛ — НЕ СЕЛ"

Все учащиеся, кроме одного (водящего), садятся продольно на гимнастические скамейки, установленные в один ряд, и рассчитываются на первый-второй, образуя две команды. Водящий сидит перед ними на стуле и показывает разные движения (хлопки в ладоши, наклоны вперед, сгибание и разгибание ног и т. п.), которые повторяют вслед за ним сидящие на скамейках. Перед началом игры оговариваются «запрещенные» движения для каждой команды. Например, для первой команды запрещенным является движение «руки вверх», а для второй — «руки вперед». Игроки внимательно следят за действиями водящего. Как только он покажет одно из запрещенных движений, игроки соответствующей команды быстро встают, бегут вдоль скамеек, причем вместе с ними .бежит водящий, обегают их, возвращаются и садятся на свободные места. Тот, кто остался без места, становится водящим. Игра повторяется 3—5 раз. По окончании отмечаются игроки, которые ни разу не остались без места.

ИГРА НА ВНИМАНИЕ "ТЕЛЕФОН"

Играющие строятся в две параллельные шеренги на расстоянии 4—5 м друг от друга. По сигналу ведущего они начинают шепотом расчет по порядку, каждый раз прибавляя к передаваемому номеру число «3». Например, «первый», «четвертый», «седьмой», «десятый» и т. д. до конца шеренги. Последний в шеренге произносит свой номер вслух, и расчет по нарастающей сумме продолжается в обратную сторону. Каждый раз, сообщив номер очередному игроку, четные номера делают поворот кругом (в обратном направлении — нечетные). Выигрывает команда, сделавшая меньше ошибок.

Карикатура

Встаньте все в круг. Пусть каждый придумает и изобразит пантомимическую карикатуру на любого из детей. Можно выбрать любого из участников игры. Затем по кругу нужно будет попытаться изобразить последовательно все карикатуры на всех участников игры. Все коллективно определяют, кого изображает каждый по очереди. Если игрок оказался разоблаченным, он выходит из круга. Если кто-то не смог достоверно изобразить своего коллегу и он оказался неузнанным, выпадает из игры автор пародии. Игра проходи по кругу. Выигрывают самые стойкие, самые последние....

Охранник

Участник конкурса с завязанными глазами стоит спиной к столу. На столе лежит приз. В руках этого участника свернутая из газеты или бумаги палка. Остальные участники пытаются тихонько пробраться к столу и взять приз. Тот, по кому первому попали газетой, становится охранником в следующем туре конкурса. А побеждает тот, кто смог забрать приз.

След в истории

Ведущий выносит листы бумаги и раздает их участникам. Каждый участник должен за полминуты оставить свой след в истории. Каким образом он будет это делать — это вопрос его фантазии. Можно оставить свой след в буквальном смысле, можно оставить отпечаток губ, можно расписаться и так далее.

После этого ведущий вызывает двух добровольцев, которые будут вытаскивать по листку и отгадывать, кто именно оставил тот или иной след в истории. При этом добровольцы должны объяснить свой выбор.

Ассоциации

Все участники садятся по кругу. Им выдается мяч. Первый игрок придумывает слово и бросает мяч кому-нибудь из участников. Поймавший мяч должен придумать свою ассоциацию с данным словом и бросить мяч следующему игроку. Главное придумывать ассоциации быстро. Тот, кто не сможет придумать ее быстро, выходит из игры.

Битва в кругу

На полу чертится круг, в котором будут стоять участники. Однако стоять они будут на специально разложенных карточках. Все игроки вытягивают руки вперед ладонями вниз. Задача каждого участника — это ударить другого по ладоням так, чтобы тот выпал из круга или, по крайней мере, коснулся руками пола. Кому удастся вытолкнуть соперника из круга, тот и выиграл.

Времена года

Из участников формируют четыре равные команды. Каждая из них получает карточку с названием сезона — зима, весна, лето или осень. Необходимо за 5 минут придумать как можно больше ассоциаций с предложенным словом. Например, для зимы это могут быть «снег», «холод», «Новый год», «снежинка», «коньки», «санки» и т. п. Побеждает та команда, которая предложит больше вариантов.

Тайная буква

Ведущий объявляет букву алфавита, которую называть нельзя. Например, это буква «Ш». Затем он задает участникам вопросы, а те должны подбирать ответы так, чтобы не называть эту букву. Так Саша на вопрос «Как тебя зовут?» ответит «Александр». А на вопрос, в каком он классе, шестиклассник может ответить так: «В следующем после пятого». Побеждает самый смекалистый.

Заварим чай

Участники делятся на команды. Перед каждой командой устанавливают большой лист бумаги с нарисованной в центре чашкой. Участникам завязывают глаза и они, подходя по очереди к листу, рисуют на нем по треугольничку (пакетику чая). Побеждает та команда, участники которой были точнее и разместили больше нарисованных пакетиков внутри чашки.

Я предпочитаю с чаем...

Ведущий оглашает какую-то букву алфавита, а участники чаепития по очереди называют блюдо или продукт на эту букву, который они обычно употребляют с чаем. Например, буква «В» — ватрушки, варенье, вафли и т. д. Самое смешное начинается, когда за неимением других в ход идут самые оригинальные варианты. Побеждает тот, кто предложит их больше.

Спортивно-познавательная викторина «Что я знаю о спорте?».

Автор работы: Бурикова Людмила Михайловна

Должность: учитель физической культуры

Место работы: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Начальная общеобразовательная школа № 41» г. Череповец, Вологодская область

Название работы: Спортивно-познавательная викторина «Что я знаю о спорте».

Предметная область: Физическая культура

Цели: показать детьми свои знания в области спорта

Задачи:

- приобретение детьми необходимых знаний об истории физической культуры и спорта;

- формирование у детей представления о здоровом образе жизни;

- мотивация к занятиям физической культурой и спортом;

- стимулирование роста творческой и познавательной деятельности.

Аннотация

Спорт входит в жизнь современных детей почти с самого рождения - с первым мячиком, первыми кроссовками и т.д. Потом в жизни ребенка появляются первые коньки, лыжи, велосипед. Мир спорта открыт для детей. Наша задача помочь преодолеть трудности и научить любить спорт.

Викторина - это интеллектуальное развлечение, которое подходит для любой возрастной группы. Составляя викторины о спорте, мы параллельно изучаем исторические факты. Спортивная викторина позволяет в соревновательной форме привлечь ребенка к чтению спортивной литературы. Воспитывает дух команды у учащихся. Приучает детей соревноваться.

Эту викторину я проводила на детях на всей параллеле 3-х классов, а их у нас 8.

В каждый класс были распечатана викторина, где дети указывали Ф.И. и класс. Затем отмечали правильный ответ удобным способом(галочкой, кружочком, закрашивали прямоугольник).Время , которое потребовалось детям для ответа на все вопросы- 1 урок (40 минут).Дети показали прекрасные результаты.

В викторине учитывалось как личное участие, так и командное.

Награждение: победители и призеры награждаются грамотами и призами.

Викторина по физической культуре для начальных классов «Что я знаю о спорте»

Ф.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1.Родина олимпийских игр

1.Америка 2.Греция 3.Италия 4.Эстония

2.Сколько колец на олимпийской эмблеме

1.7 2.3 3.5 4.0

3.Девиз Олимпийских игр:

1.«Спорт, спорт, спорт!» 2.«О спорт! Ты-мир!» 3.«Быстрее!Выше!

Сильнее!» 4.Быстрее!Выше!Дальше!»

4.Разминку проводят-

1.в начале урока 2.в конце урока 3.в середине урока 4.в любой части урока

5.Какая игра является спортивной?

1.«Охотники и утки» 2.«Волки и овцы» 3.ручной мяч 4.игра в прятки

6.Какая обувь должна быть на уроке физической культуры?

1.кроссовки 2.ботинки 3.туфли 4.сланцы

7.Что надо делать, чтобы быть сильнее и не болеть?

1.спать 2.делать уроки 3.делать зарядку 4.много кушать

8.Что вредит здоровью человека?

1.физкультура 2.закаливание 3.табакокурение 4.плавание

9.К физическим упражнениям относится:

1.плавание 2.игры 3.чтение 4.рисование

10.Обувь для игры в футбол называется:

1.шиповки 2.бутсы 3.кроссовки 4.кеды

11.Какой термин относится к футболу?

1.фол 2.метание 3.пенальти 4.фальстарт

12.На соревнованиях по бегу Петя прибежал раньше Васи, но позже Димы. Кто прибежал первым?

13.После проигранного футбольного матча каждый из 11 футболистов проигравшей команды выпил по одному литру воды, а расстроенный тренер-целых три литра. Сколько всего литров воды они выпили?

14.Поставь цифру соответствующую ответу.

1. В этом виде спорта выполняют различные акробатические упражнения на спортивных снарядах.

2. Самый старый вид спорта, в котором победителем становится тот, кто первым пересечет финишную черту.

3. В этом виде спорта спортсмен, находясь на волнах, стоит на доске и управляет ею.

4. Спортивное восхождение на гору.

5. Спортивная командная игра на ледовом или травяном поле, в которой мяч или шайба. специальными клюшками забивается в ворота противника.

6. Спортивная командная игра с мячом и битой, напоминающая русскую лапту.

7. Спортивный поход или экскурсия по определенному маршруту.

8. В этой игре спортсмены с ракетками в руках перемещаются по корту, стараясь забить мяч противнику; самое престижное соревнование в этом виде спорта - Уимблдонский турнир.

9. Игра с мячом, в которой необходимо перебросить мяч через сетку на сторону противника так, чтобы он коснулся земли.

10. В этой игре необходимо выбить битой как можно большее количество фигур.

1.Городки 2.Гимнастика 3.Бег 4.Альпинизм 5.Хоккей 6.Туризм

7.Бейсбол 8.Сёрфинг 9.Теннис 10.Волейбол

15. Поставь цифру соответствующую ответу.

1. Он может быть сделан из резины или пробки, сплетен из ниток, обшит кожей. Его можно бросать, передавать, вести в любом направлении.

2. Они помогают спортсмену плыть быстрее.

3. Он защищает голову спортсмена.

4. Прибор, с помощью которого человек может дышать под водой.

5. Они защищают колени спортсмена при падении или столкновении.

6. Длинная палка, которой спортсмен забивает шары в бильярде.

7. Стальной стержень, с двух сторон которого надеваются стальные диски.

8. Мягкие матрасы, на которые падают спортсмены после выполнения прыжка.

9. Короткие деревянные палки, которые во время игры сбивают битой.

10. Их используют при игре в боулинг.

11. Через нее кидают мяч в волейболе.

12. Она защищает глаза спортсмена от воды.

13. Деревянная палка с загнутым концом, которой бьют по шайбе.

14. Он сделан из пробки, имеет легкий ажурный венец; его используют при игре в бадминтон.

15. Их защищает вратарь.

16. Ею отбивают воланы и мячи.

17. Они находятся на подошве, чтобы обувь не скользила.

18. На ней плавают с парусом в сёрфинге.

19. Толстая палка, которой отбивают мячики.

20. Летний вариант коньков.

Ответы:

1. Доска

2. Шипы

3. Маска

4. Сетка

5. Кегли

6. Ворота

7. Бита

8.Ролики

9.Маты

10. Ракетка

11. Волан

12. Акваланг

13. Кий

14. Штанга

15. Клюшка

16. Городки

17. Мяч

18. Шлем

19. Наколенники

20. Ласты

16. Найти соответствие между спортсменом и видом спорта.

Алина Кабаева теннис

Владимир Кличко прыжки с шестом

Андрей Аршавин бодибилдинг

Антон Шипулин бокс

Евгений Плющенко фигурное катание

Арнольд Шварцнеггер гимнастика

Елена Исинбаева футбол

Марат Сафин биатлон

17.Назови известные тебе спортивные игры.

Спортивная викторина. Компьютерная презентация.

Сегодня мы проводим викторину «Мы выбираем спорт!». Отвечая на вопросы викторины, вы узнаете много важного и полезного для того, чтобы укрепить свое здоровье, занимаясь спортом и физкультурой.

1.Как называются самые главные соревнования на нашей планете?(Олимпийские игры)

2.В какой спортивной игре самый маленький мяч? (теннис)

3.И мальчишки, и девчонки

очень любят нас зимой,

режут лёд узором тонким,

не хотят идти домой.

Мы изящны и легки,

мы - фигурные...(коньки)

4.В честной драке я не струшу,

защитить смогу сестёр.

Бью на тренировке грушу,

потому что я... (боксёр)

5.Как называется площадка для игры в большой теннис? (корт)

6.Он в игре незаменим,

мы гоняемся за ним.

Он капризен и горяч,

наш упругий круглый …! (мяч)