

## Городки – старинная русская игра.

В нее играли Лев Толстой, Федор Шаляпин, Иван Павлов, Алексей Горький, Владимир Стасов и многие другие знаменитые русские люди. Увлекающихся этой игрой людей называют «городошники»



## **Цель : физическое развитие и укрепление здоровья**

### **Задачи:**

#### **1.Развивать у детей физические качества.**

- меткость
- ловкость
- сила

#### **2.Воспитывать нравственно – волевые качества:**

- терпение
- целеустремленность
- выдержка
- организованность
- решительность

#### **3. Осуществлять общефизическую подготовку детей и на ее основе совершенствовать технику движений:**

- бросок
- исходное положение

#### **4. Обучать детей простейшим трудовым навыкам:**

- убрать предметы
- расставить предметы
- аккуратно относиться к инвентарю.



## **Подготовка площадки:**

- ! Площадка чистая , ровная**
- ! Ударные зоны надёжно защищены**
- ! Биты разного веса(длинна 40,45,50 см диаметр 3,4,5 см)**

## **Разметка площадки:**

### **Чертится:**

- город(1 на 1 м)
  - полукон(в 2 м от города)
  - кон(1 м от полукона)
- (для каждой команды)

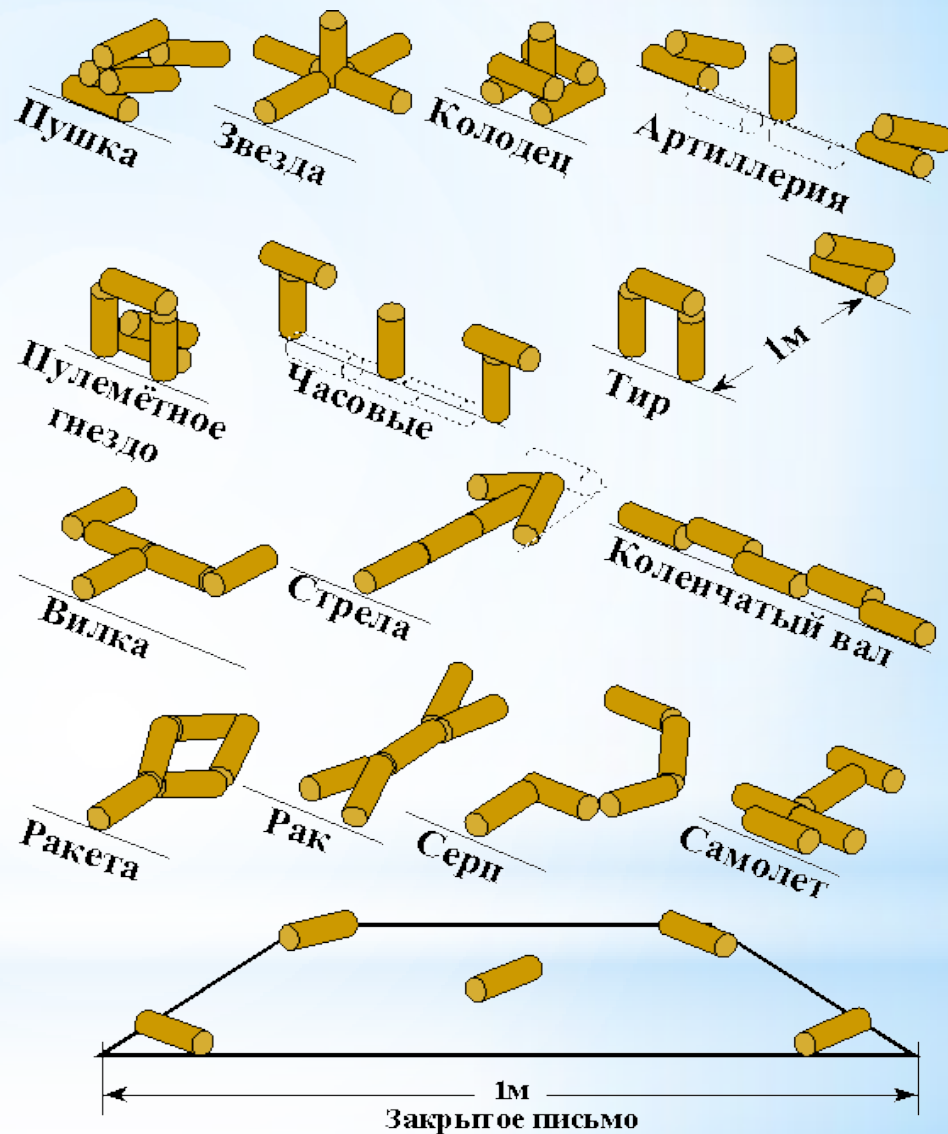
(Размеры площадки нужно выбирать в зависимости от возраста детей. Чем меньше дети – тем меньше размер площадки и тем меньше расстояние до города от черты полукона и кона.)





# Основные городошные фигуры:

- 1 пушка
- 2 звезда
- 3 колодец
- 4 артиллерия
- 5 пулемётное гнездо
- 6 часовые
- 7 тир
- 8 вилка
- 9 стрела
- 10 коленчатый вал
- 11 ракета
- 12 ракета
- 13 рак
- 14 серп
- 15 самолёт
- 16 закрытое письмо



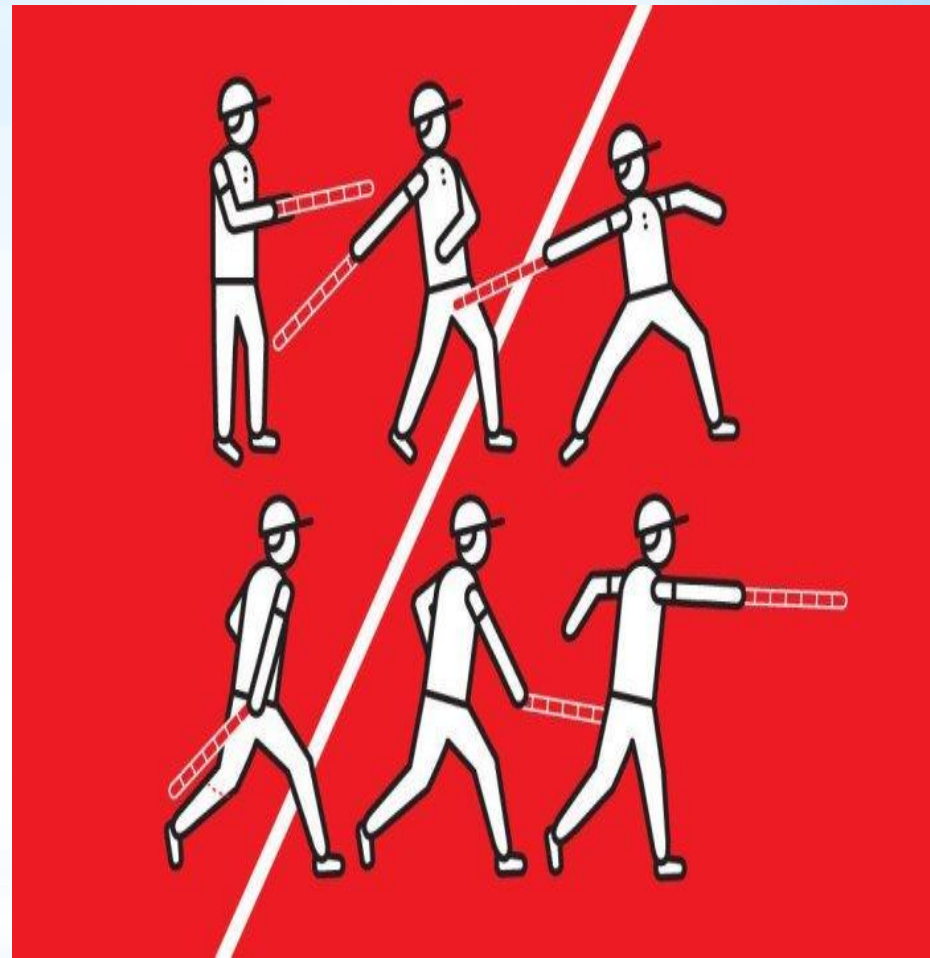
## Техника игры:

**Хват**-удерживание биты кистью руки(глубокий, средний и мелкий хват)

**Стойка**(постановка ног)-правая стопа выставляется впереди на расстоянии шага от левой. Туловище в естественной позе. Продольная ось биты направлена в сторону фигуры.

**Замах**-перенос веса на толчковую ногу. Плечи назад, правая рука отводит биту назад.

**Выброс**-правая рука от плеча совершает бросок биты. Центр тяжести переносится. взгляд на фигуру.



## Подготовительная работа:

1 дети берут палки обеими руками и делают повороты руками вверх-вниз

2 держа палку вертикально в одной руке подбросить и поймать другой рукой

3 правильно брать и держать биты то одной рукой, то другой

4 имитация удара рукой в воздухе

5 удар битой по подвешенному на веревке мячу

6 бросок биты правой рукой на дальность (левой)

7 бросок биты в цель (постепенно увеличивая расстояние)





**Спасибо за внимание!**