

Рекомендовано
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
РГУФКСМиТ
Протокол №66 от «25» апреля 2017 г.

Авторы:

Кузьмичева Е.В. – к. п. н., профессор, завкафедрой режиссуры массовых спортивно-художественных представлений им. В.А. Губанова РГУФКСМиТ;

Жарикова Е.Л. – доцент кафедры режиссуры массовых спортивно-художественных представлений им. В.А. Губанова РГУФКСМиТ;

Загоровская Н.В. – преподаватель кафедры режиссуры массовых спортивно-художественных представлений им. В.А. Губанова РГУФКСМиТ;

Салахудинова Е.С. – старший преподаватель кафедры режиссуры массовых спортивно-художественных представлений им. В.А. Губанова РГУФКСМиТ;

Томашевич А.М. – к. п. н, преподаватель кафедры режиссуры массовых спортивно-художественных представлений им. В.А. Губанова РГУФКСМиТ.

Рецензент:

Кошелева А.В. – доктор культурологии, доцент, завкафедрой рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем РГУФКСМиТ.

Учебное пособие «От игры к ГТО» содержит дополнительный практический материал для подготовки младших школьников к сдаче норм ГТО. Пособие включает в себя методический раздел, рассказывающий о возрастных особенностях детей 6-8 лет, раздел, посвященный истории возникновения ГТО и его современным требованиям, а также разделы, содержащие описания подвижных игр, направленных на подготовку к успешному выполнению всех видов тестовых заданий. Пособие предназначено для студентов вузов и ссузов, обучающихся по направлениям подготовки **49.03.01 «Физическая культура и спорт», 44.03.01 «Педагогическое образование»**, а также учителей физической культуры.

ISBN 978-5-00129-392-7, М.: «ИКЦ Колос-с»

Содержание:

Введение.....	5
Глава I. История ГТО	5
Глава II. Анатомо-физиологическая и психологическая характеристика детей младшего школьного возраста (6-8 лет).....	12
Глава III. Подвижные игры для подготовки детей 6-8 лет к сдаче испытания (теста) на быстроту	17
1. Звонок на урок	18
2. Мы – веселые ребята	19
4. К своим флажкам.....	21
5. Два мороза.....	23
6. Голуби и ястребы	24
7. Эстафета зверей	25
8. День и ночь	26
9. Невод	27
10. Круговая эстафета	28
11. Колесо.....	29
12. Гонки поездов.....	30
Глава IV. Подвижные игры для подготовки детей 6-8 лет к сдаче испытания (теста) по бегу на лыжах	31
13. Кто быстрее?.....	33
14. Попробуй догони!	35
15. Шире шаг.....	36
16. Накаты	37
17. Восьмерки	38
18. Лыжники, на места! (К своим палкам!)	39
19. Займи пустое место	40
20. Навстречу друг другу.....	42
21. Слалом на равнине (лисий след).....	43
22. К своим флажкам на лыжах	44
23. Гонка преследования.....	46
24. Эстафета на лыжах	47
25. Попытайся догнать.....	48
26. Эстафета с воротами	49
27. Быстрые тройки	50
28. Меняйся местами.....	51
29. Гонки на лыжах в парах (займи место)	52
Глава V. Подвижные игры для подготовки детей 6-8 лет к сдаче испытания (теста) по метанию	53
30. Шмель.....	55
31. Сбей кеглю	56
32. Мяч сквозь обруч	57
33. Ловкая пара	57
34. Салочки с мячом.....	58
35. Догони мяч.....	58
36. Брось – догони	59
37. Кто дальше бросит	59
38. Быстрый мячик	60
39. Линейная эстафета: «не упусти шарик».....	61
40. Встречная эстафета: «мяч об пол».....	61
41. Сбей мяч	62

42.	Не упусти мяч	63
43.	Метание с предельным отскоком	63
44.	Салки с мячом.....	64
Глава VI. Подвижные игры для подготовки детей 6-8 лет к сдаче испытания (теста)		
по прыжкам в длину.....		65
45.	Удочка – простая	66
46.	Удочка командная	67
47.	Удочка с выбыванием	67
48.	Прыгающие воробушки	68
49.	Волк во рву.....	69
50.	Скакуны.....	70
51.	Цапля	71
52.	Через кочки и пенечки	72
53.	Эстафета с палками и прыжками	74
54.	Эстафета-«гусеница»	75
55.	Салки на одной ноге.....	76
56.	Гонки кенгуру	77
Список литературы		79