**Игра на уроках физической культуры**

Подвижные игры оказывают значительное влияние на нормальный рост и развитие ребенка. Игры способствуют развитию таких качеств: самостоятельность, внимание и умение сосредоточиваться, находчивость и мужество, выносливость, умение подчиняться правилам игры, взаимопомощь.

Подвижные игры – важнейшее средство и метод физического воспитания детей. Ведь только в играх ребенок раскрывается полностью. Он раскован, бодр, поможет другу. Играя, он забывает об усталости, тренирует себя в нравственных поступках, обретает друзей и одобренный их оценками, ощущает первый успех и уверенность в себе. Особенно игра полезна на этапе начального освоения физических упражнений. Уроки, состоящие из подвижных игр, более целесообразны и При использовании подвижных и спортивных игр на уроках физической культуры значительно повышается двигательная активность учащихся. При этом учащиеся получают гармоничное физическое, социальное, моральное развитие.

Игра помогает учителю сплотить класс, включить в активную деятельность учащихся замкнутых и застенчивых. В игре воспитывается сознательная дисциплина, учащиеся приучаются к соблюдению правил, справедливости, умению контролировать свои поступки, правильно и объективно оценивать поступки других. Игра для учащихся – важное средство самовыражения, проба сил.

**Игра «Соблюдай равновесие».**

Развивает координационные способности, смелость, расчетливость. Класс делится на равные команды, построенные в колонну по одному за общей стартовой линией. Расстояние между колоннами 2-3 м. Перед каждой командой ставится по гимнастической скамейке, на которой расположены 3 набивных мяча, а через 10 м за скамейкой устанавливается поворотная стойка. Проведение: По сигналу первые игроки каждой команды устремляются вперед, пробегают по скамейке, перепрыгивая через лежащие на ней мячи, затем добегают до стойки, огибают ее слева, и возвращаются обратно, дают старт следующему игроку своей команды касанием вытянутой руки, после чего становятся в конец колонны. Если игрок во время бега потеряет равновесие и сойдет со скамейки, он обязан возобновить движение с начала скамейки, сбив мяч, поставить его на место. Выигрывает та команда, закончившая эстафету первой.

**Игра «Переправа по узким жердям»**

Развивает ловкость, вестибулярный аппарат, внимание и расчетливость. Организация: класс делится на равные команды, построенные в колонну по одному за общей стартовой линией. Расстояние между колоннами 3 м. Через 10 м перед каждой командой устанавливаются по 2 перевернутые скамейки (параллельно и вплотную друг к другу). Проведение: По сигналу каждая команда, взявшись за руки, подбегает к своей «переправе» и начинает переходить «речку» по узким граням перевернутой скамейки – цепочкой, не отпуская рук соседей. Выигрывает команда, которая быстрее «переправится», не теряя равновесия и не разрывая цепь.