**ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

**на уроках физкультуры**

**для детей младшего школьного возраста.**

**(1-4 класс)**

Игра – это сознательная деятельность, направленная на достижение условно поставленной цели. Подвижные игры – игры, основное содержание которых составляют разнообразные виды бега, прыжков, метаний и других движений.

На Руси подвижные игры на протяжении многих веков использовалась в народной педагогике, как средство физического совершенствования детей.

[Охотники и утки](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fball_2%2Foxotniki-i-utki)

**Цель игры:** развитие глазомера, ловкости.

Все играющие делятся на две команды: «утки» и «охотники». «Утки» располагаются внутри круга, а «охот­ники»    за кругом. «Охотники» получают мяч.

По сигналу или по команде учителя «охотники» начинают мячом выбивать «уток». «Убитые утки», в кото­рых попал мяч, выбывают из игры. Игра про­должается до тех пор, пока не будут выбиты все «утки» из круга. Во время броска мяча «охотникам» нельзя пере­ступать черту круга.

Когда будут выбиты все «утки», команды меняются местами.

**Вариант игры:** из числа играющих выбираются 3— 4 «охотника», которые стоят в разных концах площадки. У каждого «охотника» по малому мячу. Играющие разбегаются по площадке, но не выходят за ее пределы.

По сигналу или команде учителя все играющие останавливаются на своих местах, а «охотники» целятся и бросают в них мячи. Играющие могут уклоняться от летящего мяча, но им нельзя сходить со своего места.

Выбитые «утки» выходят из игры. Выигрывает «охотник» выбивший наибольшее число «уток».

Категория: [Активные игры с мячом](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fball_2)  
Развивает: [глазомер](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fglazomer), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost)

Категория: [Активные игры с мячом](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fball_2)  
Развивает: [глазомер](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fglazomer), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost)

[***Гуси-лебеди***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fair_2%2Fgusi-lebedi)

**По цели и характеру** является разновидностью игры «[Ловишка](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Flovishka-dogonyalki-salki-pyatnashki)»

На игровой площадке чертятся две линии на рассто­янии 15—25 м (в зависимости от возраста играющих). Из числа играющих выбирается «волк» (реже — два), кото­рый стоит между линиями. За одной линией находятся остальные участники — «гуси», а за другой — учитель.

Учитель обращается к гусям: «Гуси-гуси!»

Гуси отвечают:

*— Га-га-га!  
— Есть хотите?  
— Да, да, да!  
— Ну летите!  
— Нам нельзя! Серый волк под горой, не пускает нас домой!  
— Ну летите, злого волка берегитесь!*

После этих слов гуси спешат домой от одной линии к другой, а выбежавший волк (волки) старается поймать («запятнать») как можно больше гусей. Пойманных гу­сей волк отводит в свое логово.

После двух-трех таких «перелетов» выбирается но­вый волк, а пойманные гуси возвращаются в игру, кото­рая начинается сначала.

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fair_2)  
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost), [опорно-двигательный аппарат](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Foporno-dvigatelnyj-apparat), [способности бега](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fsposobnosti-bega), [чувства спортивного соперничества](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fchuvstva-sportivnogo-sopernichestva)

[***Кружева***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fair_2%2Fkruzheva)

**По цели и характеру** является одной из разновид­ностей игры «[Ловишки](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Flovishka-dogonyalki-salki-pyatnashki)» («[Пятнашки](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Fpyatnashki)»).

Из играющих детей выбирают двоих: один «челнок», другой — «ткач». Остальные дети становятся парами, лицом друг к другу, образуя полукруг. Расстояние меж­ду парами 1—1,5 м. Каждая пара берется за руки и под­нимает их вверх, образуя «ворота».

Перед началом игры «ткач» становится у первой пары, а «челнок» — у второй и т. д. По сигналу учителя (хло­пок, свисток) или по его команде «челнок» начинает бе­жать «змейкой», не пропуская ни одних ворот, а «ткач», следуя его путем, пытается догнать его.

Если «челнок» успеет добежать до последней пары полукруга и не будет пойман, то он вместе с «ткачом» становится последней парой, а игру начинает первая пара, распределив роли «челнока» и «ткача».

Если «ткач» догоняет «челнок» и успевает «запятнать» его прежде, чем он достигнет последней пары, то сам становится «челноком», а игрок, бывший «челноком», идет к первой паре и выбирает из двоих себе пару. С этим игроком он образует пару в конце полукруга, а оставшийся без пары становится «ткачом».

**Правила игры:** игра заканчивается, когда пробегут все пары.

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fair_2)  
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost), [опорно-двигательный аппарат](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Foporno-dvigatelnyj-apparat), [способности бега](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fsposobnosti-bega), [чувства спортивного соперничества](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fchuvstva-sportivnogo-sopernichestva)

[***Попробуй поймай***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fair_2%2Fpoprobuj-pojmaj)

**По цели и характеру** является разновидностью игры «[Ловишка](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Flovishka-dogonyalki-salki-pyatnashki)».

На игровой площадке проводят две линии, за кото­рыми располагаются «домики» играющих. Расстояние между линиями примерно 6—10 м. Из числа играющих выбирается «ловишка» (водящий), который занимает ме­сто между двумя линиями.

Остальные играющие стоят у линии и хором произ­носят рифмовку:

*Мы веселые ребята,  
Любим бегать и играть.  
Ну, попробуй нас догнать.  
Раз, два, три — лови!..*

После произнесения слова «лови» дети перебегает на другую сторону площадки, а ловишка стремится догнать бегущих и «осалить» их (дотронуться рукой). Тот играю­щий, до которого ловишка дотронулся прежде, чем он перешел черту, считается пойманным и отходит в сторо­ну, садится возле «ловишки».

Правила игры: после двух-трех перебежек детей от черты к черте проводят подсчет числа пойманных игро­ков, а затем выбирается новый ловишка:

* в ходе игры желательно определить лучшего ловишку.

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fair_2)  
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost), [опорно-двигательный аппарат](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Foporno-dvigatelnyj-apparat), [способности бега](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fsposobnosti-bega), [чувства спортивного соперничества](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fchuvstva-sportivnogo-sopernichestva)

[***Кто быстрее?***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fwinter_2%2Fkto-bystree-2)

**Цель игры:** обучение ходьбе на лыжах (в младших классах) разными способами.

На игровой площадке, покрытой снегом, отмечают линии «старта» и «финиша» с расстоянием между ними 25—30 м.

На линии старта выстраиваются 3—5 играющих на расстоянии 1,5—2 м друг от друга и по сигналу или ко­манде учителя начинают бег на лыжах. Побеждает тот участник, кто первым пересечет линию финиша.

**Варианты игры:**

* забеги можно осуществлять с помощью палок или скользящим шагом без них, определяя по­бедителя по итогам двух заездов;
* можно проводить игру, разделив детей на 2—4 ко­манды с равным числом участников, в виде эс­тафеты.

Категория: [Активные игры зимой](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fwinter_2)  
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij)

[Мяч в кругу](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fwater%2Fmyach-v-krugu)

**Цель игры:** обучение передвижению в воде, разви­тие ловкости, умение бросания мяча.

Игра проводится в бассейне или на ограниченном уча­стке водоема с глубиной по пояс играющим детям.

Из числа играющих детей выбирается водящий. Ос­тальные дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Водящий становится в центр круга.

По сигналу или команде воспитателя дети начинают перебрасывать мяч друг другу через круг, а водящий ста­рается поймать его. Если водящий ловит мяч, то он за­нимает место в круге среди других играющих, а ребенок, который бросил мяч, становится на место водящего.

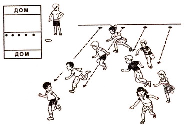
**Правила игры:** во время перебрасывания (броска и ловли мяча) можно делать шаг вперед или назад, падать в воду, но не вырывать мяч из рук другого; нельзя тол­каться.

Категория: [Игры на воде](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fdoshk_vozr%2Fwater)  
Развивает: [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost)

[День и ночь](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fworld_game%2Fazerbajdzhanskie%2Fden-i-noch)

**Цель игры:**развитие силовой выносливости, быст­роты реакции.

На игровой площадке на некотором расстоянии друг от друга проводятся две линии. У одной линии выстраи­ваются мальчики, у другой — девочки. Между ними на­ходится ведущий. Команда мальчиков — «ночь», коман­да девочек — «день». По команде «Ночь!» мальчики ло­вят девочек, по команде «День!» девочки ловят мальчи­ков.

**Правила игры:** «осаленные» переходят в команду соперника.

Категория: [Азербайджанские народные игры](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fworld_game%2Fazerbajdzhanskie)  
Развивает: [быстроту реакции](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fbystrotu-reakcii), [силовую выносливость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fsilovuyu-vynoslivost)

[Лягушка](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fwater%2Flyagushka)

**Цель игры:**обучение прыжкам с места в длину в воде, укрепление опорно-двигательного аппарата.

Игра проводится на мелководье, где глубина дости­гает колен ребенка.

Перед началом игры воспитатель показывает детям, как скачет лягушка, а потом предлагает повторить.

Стоя в воде, ребенок глубоко приседает, затем, резко выпрямляя ноги, отталкивается ими от дна и совершает прыжок, вытянув руки вперед. Во время прыжка ноги подтягиваются к рукам. Ребенок опускается на обе ноги.

После овладения техникой прыжка воспитатель мо­жет устроить соревнование между 3—4 «лягушками», кто из них прыгнет дальше за 3—5 прыжков.

Категория: [Игры на воде](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fdoshk_vozr%2Fwater)  
Развивает: [опорно-двигательный аппарат](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Foporno-dvigatelnyj-apparat)

[Кто дальше?..](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fjumping%2Fkto-dalshe-5)

**Цель игры:** освоение ребенком бега со скакалкой.

На игровой площадке проводится линия. Одновре­менно могут участвовать 2—4 ребенка с короткими ска­калкам.

По первому сигналу воспитателя они начинают бег, прыгая через скакалку через каждый шаг, а по второму сигналу (через 1—1,5 минуты) останавливаются. Побеж­дает ребенок, который оказался впереди.

**Вариант игры:**на игровой площадке проводятся две параллельные линии на рас­стоянии 4—3 м (в зависимости от возраста и умения детей): линии старта и финиша.

У линии старта стоят 2—4 ребенка со скакалками, которые начинают по сигналу воспитателя бег. Побеждает ребенок, кото­рый первым пересечет линию финиша.

Категория: [Игры со скакалкой](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fdoshk_vozr%2Fjumping)  
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij)

[***Белые медведи***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fshk_vozr%2Fair_2%2Fbelye-medvedi-2)

**По цели и характеру**является одной из разновид­ностей игры «[Ловишки](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Flovishka-dogonyalki-salki-pyatnashki)».

В середине игровой площадки чертится круг или овал, который изображает льдину. Из числа играющих выбирают двух «белых медведей», которые встают на «льдину». Остальные играющие свободно ходят и бегают вне пределов «льдины» на игровой площадке.

По сигналу руководителя (свисток, хлопок в ладоши и т. д.) или по его команде «белые медведи» отправляются «на охоту». Они идут, взявшись одними разноименными руками (левая—правая) и пытаются обхватить кого-нибудь из играющих свободными руками. Пойманного игрока они отводят на льдину. Когда на льдине оказывается двое пойманных игроков, они становятся второй парой «белых медведей».

Игра оканчивается по договору: когда большая часть играющих стала «белыми медведями» или когда останется 2 — 3 играющих на игровом поле.

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fshk_vozr%2Fair_2)  
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost), [опорно-двигательный аппарат](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Foporno-dvigatelnyj-apparat), [способности бега](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fsposobnosti-bega), [чувства спортивного соперничества](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fchuvstva-sportivnogo-sopernichestva)

[***Эстафета с мячами***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fball%2Festafeta-s-myachami)

**Цель игры:** обучение быстро и точно передавать мяч другому игроку, развитие ловкости и координации дви­жения.

На игровой площадке проводится черта. Играющие дети разделяются на 2—3 команды с равным числом иг­роков. Команды становятся у черты в колонны на рас­стоянии вытянутых рук друг за другом. Расстояние меж­ду колоннами 1—1,5 м. Ноги играющих расставлены на ширину плеч. Стоящий первым в колонне ребенок дер­жит в руках мяч.

По сигналу воспитателя (хлопок в ладоши, свисток и т. д.) или его команде: «Вверх!..» или «Поднять руки!..» все дети поднимают руки вверх, а стоящий первым ребе­нок передает мяч через голову второму, второй — тре­тьему и т. д., пока мяч не получит последний ребенок в колонне. Когда мяч получает последний играющий, то он бежит и отдает мяч воспитателю.

Побеждает команда, игрок которой первым отдал мяч воспитателю.

Варианты игры:

* сначала мяч передается вверху спереди назад, а потом в обратном направлении: сзади наперед, а поэтому воспитателю отдает мяч игрок, стоящий первым;
* мяч передается назад внизу между широко рас­ставленными ногами;
* комбинация двух движений: мяч передается на­зад вверху над головами, а вперед — внизу, меж­ду широко расставленными ногами.

Подводя итоги игры, воспитатель отмечает четкость командной игры.

Категория: [Игры с мячом](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fdoshk_vozr%2Fball)  
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost)

[***Не урони мяч***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fball%2Fne-uroni-myach)

**Цель игры:** обучение в игровой манере прыжкам и бегу, ловкости и координации движений.

На игровой площадке проводятся две параллельные линии на расстоянии 4—6 м (в зависимости от возраста играющих детей).

Играющие дети делятся на 3—4 команды с равным числом участников. Команды выстраиваются в колонну у первой черты на расстоянии 1,5 м друг от друга. Каж­дый стоящий первым получает мяч и зажимает его меж­ду ног.

По сигналу или команде воспитателя дети начинают прыгать на двух ногах до второй линии. После пересече­ния линии они берут мяч в руки, бегом возвращаются назад, передают мяч следующему игроку, а сами стано­вятся в конец колонны.

Побеждает та команда, чей последний игрок пересе­чет первым линию «старта» с мячом в руках.

**Вариант игры:** на второй линии для каждой коман­ды ставят ориентир, вокруг которого должен прыгать ребенок, а потом также прыжками возвращаться с зажа­тым между ног мячом к первой линии, передавая его следующему игроку за первой линией.

Категория: [Игры с мячом](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fdoshk_vozr%2Fball)  
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost)

[***Кот и мышки***](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Fkot-i-myshki)

Разновидность игры «[Ловишка](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fdoshk_vozr%2Fair%2Flovishka-dogonyalki-salki-pyatnashki)», но в роли «ловиш­ки» выступает «кот».

У края игровой площадки проводится линия, за ко­торой чертятся круги или кладутся обручи — «домики-норки мышей». На расстоянии 5—8 м от линии на пеньке или на стульчике садится «кот», а мыши устраиваются в своих «норках».

Показывая начало игры, роль кота выполняет вос­питатель, а затем выбирается «кот» из играющих детей. Когда все заняли свои места, воспитатель обращается к детям-«мышкам»: «Кот спит!..» Можно использовать рифмовку:

*Кошка мышек сторожит,  
Притворилась, будто спит…*

После этих слов воспитателя «мышки» покидают свои «норки» и начинают бегать по игровому полю, близко под­ходят к «коту». Через некоторое время воспитатель гово­рит: «Кот просыпается!..»

Можно использовать рифмовку:

*Тише, мышки, не шумите,  
Вы кота не разбудите!..*

После этих слов «кот» встает на четвереньки, потя­гивается, говорит: «Мяу!..»

Это служит сигналом, что он начинает ловить мы­шей. Пойманных «мышей» кот отводит к своему месту, а игра начинается сначала, но уже без их участия.

После того, как «кот» поймал 3—5 мышей, воспита­тель назначает нового «кота», а пойманные «мыши» воз­вращаются в игру.

Категория: [Игры на свежем воздухе и в помещении](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Fcategory%2Fdoshk_vozr%2Fair)  
Развивает: [координацию движений](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fkoordinaciyu-dvizhenij), [ловкость](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Flovkost), [опорно-двигательный аппарат](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Foporno-dvigatelnyj-apparat), [способности бега](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fsposobnosti-bega), [чувства спортивного соперничества](http://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fazbuka-igr.ru%2Ftag%2Fchuvstva-sportivnogo-sopernichestva)