

# ОРАНЖЕВЫЙ МЯЧ В ИГРАХ И ЭСТАФЕТАХ



## III часть ВЕДЕНИЕ МЯЧА

Материал подготовлен инструктором по физической культуре ПАВЛОВОЙ С. А.

**«САЛКИ».**

**Игрок, ведя мяч, догоняет убегающего, тоже ведущего мяч, и, не теряя контроля над мячом, старается осалить его свободной рукой.**

**В а р и а н т ы: 1. Убегающего можно осалить передачей, но тот имеет право поймать мяч. В этом случае он не считается осаленным.**

**2. Догоняющий с мячом взаимодействует с игроком за площадкой. Запятнать игрока догоняющий может, лишь получив мяч от партнёра.**



**Материал подготовлен инструктором по физической культуре ПАВЛОВОЙ С. А.**

### **«ПРОЙДИ ЗАЩИТНИКА».**

Играют 2 команды – защитников и нападающих. Команды строятся в шеренги вдоль лицевой линии баскетбольной площадки и рассчитываются по порядку. Первый номер защитников выходит в центр площадки. По сигналу первый нападающий выбегает с мячом и при помощи дриблинга и финтов старается «пройти» защитника и достичь противоположной линии. За удачный прорыв нападающий приносит команде 1 очко. При перехвате мяча защитником 1 очко получает другая команда. Затем выходят вторые номера защитников и нападающих, третьи и т. д. Когда все защитники и нападающие побывают в поле, команды меняются ролями, и игра повторяется.



**Материал подготовлен инструктором по физической культуре ПАВЛОВОЙ С. А.**

**«ОДИН ХВОСТ ХОРОШО, А ДВА ЛУЧШЕ».**

Игроки с мячами располагаются произвольно на площадке. У каждого сзади прикреплен лоскут материи 1240 см – «хвост». По сигналу ребята перемещаются с ведением, стараясь оторвать друг у друга хвост. По истечении определённого времени даётся сигнал к окончанию игры. Побеждают игроки, у которых окажется наибольшее количество оторванных хвостов.



**Материал подготовлен инструктором по физической культуре ПАВЛОВОЙ С. А.**

**«ВЫЗОВ НОМЕРОВ».**

**Группа делится на несколько команд по 4 – 5 человек.**

**В командах игроки рассчитываются по порядку. Команды строятся в колонны за линией старта, у направляющих мячи. Ведущий называет любой номер. Названные номера выбегают, получают мяч от направляющего, ведут его до заданной точки и обратно. Игрок, финиширующий первым, приносит своей команде 1 очко.**

**Затем вызываются следующие номера. И т. д. Побеждает команда, набравшая больше очков.**



**Материал подготовлен инструктором по физической культуре ПАВЛОВОЙ С. А.**

**«ВЫЗОВ НОМЕРОВ».**

**В а р и а н т ы:**

**1. То же, но каждому номеру даётся задание: после ведения бросок в кольцо, передача в стену, кувырок и т. д.**

**2. После первого сигнала может последовать второй, по которому игроки, выполняющие ведение, должны сразу вернуться в строй. Побеждает тот, кто сделает это первым. 3. Перед каждой командой на стуле стоит игрок с поднятым вверх мячом.**

**В момент вызова очередного номера игроки, стоящие на стульях, выпускают мячи из рук. Вызванные игроки должны поймать мяч до касания его пола.**

**За каждый пойманный мяч команда получает 1 очко.**



**Материал подготовлен инструктором по физической культуре ПАВЛОВОЙ С. А.**