**Практическая работа 8.1**

**Задание:**

1. Разработайте не менее трёх подвижных перемен разной направленности.

Можно представить в следующей форме:

|  |  |
| --- | --- |
| **Направленность**  **подвижной**  **перемены\*** | **Краткое описание** |
|
| *Подвижные игры* | *«Жмурка»*  *Дети бегают по площадке, увертываясь от жмурок. Двое детей, позванивая колокольчиком, помогают жмурке в поиске.*  *Жмурка не должен приподнимать повязку и смотреть из-под нее. Учащимся убегая от жмурок, можно приседать, прятаться за предметы нельзя. Бегающие с колокольчиком звонят не все время, а с перерывами.* |
| т. д. ---------------  ---------- |  |

\*в графе «Направленность подвижной перемены» вносятся варианты двигательной

направленности с учетом условий образовательного учреждения;

**Требования:** упражнения, игры, игровые задания должны быть простыми и знакомыми по содержанию, непродолжительными по времени, доступными и интересными, с небольшим количеством правил и возможностью быстрой смены состава участников.