**Подвижные игры с элементами волейбола**

**"Мяч над головой"**(отработка техники верх­ней передачи)

 Учащиеся разбиваются на команды с равным числом игроков. Время игры (обычно 1- 1,5 мин.) объявляется заранее. Одновременно мо­гут играть две, четыре и более команды. При не­хватке волейбольных мячей команды вступают в игру по очереди. Игроки каждой команды произ­вольно располагаются на отведенной им части пло­щадки. Одна команда отделяется от другой мело­вой линией или любыми имеющимися разметка­ ми. Каждый участник получает волейбольный мяч. От команды выделяется один человек, который кон­тролирует игру команды-соперницы. По сигналу учителя все играющие начинают выполнять верх­нюю передачу над собой. Ученик, уронивший мяч или поймавший его, выбывает из игры и садится на скамейку. Побеждает команда, у которой после сигнала об окончании игры на площадке осталось больше человек. Игру повторяют 2-3 раза.

*Правила игры*

 1*.*Не разрешается заступать на площадку команды-соперницы.

 2. Не разрешается подбрасывать мяч. Ученик, нарушивший правила, выбывает из игры.

**"Волейбольные салочки"**

Класс делится на две команды. Водящая команда надевает цветные ленточки через плечо (или лыжные номера). Все игроки произвольно расходятся по площадке. По сигналу учителя игроки водящей команды переда­ют мяч друг другу любой волейбольной передачей, ловят его и броском мяча стараются осалить соперников. Осаленные игроки садятся на скамейку. Через оговоренное время команды меняются ро­лями. Выигрывает команда, осалившая большее число игроков.

Правила игры.

1.Игроки обеих команд имеют право свободно перемещаться по площадке.

 2. Иг­рок водящей команды, получивший мяч, может пе­редвигаться по площадке только после выполне­ния передачи или броска.

 3. Упавший на пол мяч передают игрокам водящей команды. 4.

 По пред­варительной договоренности игрок противополож­ной команды, поймавший мяч, может: а) не счи­таться осаленным и продолжить игру, 6) принести своей команде очко, дающее право следующему осаленному ученику остаться в игре или вернуть на площадку ранее осаленного.

Варианты:

 1. Игру проводят по тем же пра­вилам, но до того момента, когда будут осалены все ученики. Выигрывает команда, закончившая игру за более короткое время.

 2. Водящая команда имеет два или более мячей.

**"Мяч капитану"**

 Произвольное количество ко­манд выстраивается в колонны, не менее чем в од­ном метре друг от друга. К ним лицом на расстоя­нии, установленном учителем, встают капитаны с волейбольным мячом в руках. Перед колоннами и капитанами проводят ограничительные линии. По сигналу учителя капитаны посылают свои мячи любой волейбольной передачей первым, стоящим в колоннах. Те выполняют встречную передачу и уходят в конец колонн. Эстафета заканчивается, когда все члены команды выполнят передачу сво­им капитанам. Выигрывает команда, раньше закон­чившая передачи.

Правила. 1. Запрещается переступать ограничи­тельную разметку. 2. Не разрешается нарушать оче­редность передач в колоннах и пропускать переда­чи членами команд. 3. При неудачном броске мяча ученик повторяет передачу. 4. При падении мяча его подбирает ученик, которому была адресована передача. 5. По окончании эстафеты капитаны под­нимают мячи над головой. 6. Рекомендуется менее подготовленных учеников ставить во главе колонн, тогда им легче принять Мяч от капитана. При дого­воренности можно разрешить отдельным ученикам переступать ограничительные линии, корректно мотивировав такое разрешение.

Варианты. 1. Когда все игроки в колоннах передадут мяч своему капитану, на его место вы­бегает новый капитан и эстафета продолжается. За­канчивается она после того, как все ученики побы­вают на месте капитана. 2. Команды делятся попо­лам, выстраиваются в колонны друг против друга за ограничительными разметками и по сигналу учи­теля выполняют встречную передачу мяча. Эста­фета заканчивается, когда начавший ее ученик при­нимает мяч. 3. То же, но мяч передают через сетку.