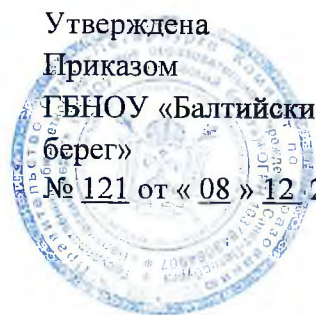


**Государственное бюджетное нетиповое образовательное учреждение
Санкт-Петербурга «Балтийский берег»**

Рассмотрена
Педагогическим
советом ГБНОУ
«Балтийский
берег»
Протокол № 2
от « 08 » 12 2023 г.

Рассмотрена
Научно-
методическим
советом
Протокол № 3
от « 06 » 12 2023 г.

Утверждена
Приказом
ГБНОУ «Балтийский
берег»
№ 121 от « 08 » 12 2023 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
«Городки»**

Срок освоения: 4 дня
Возраст обучающихся: 10-16 лет

Разработчики программы:

Аксенова Вера Владимировна,
методист, педагог-организатор ГКЦ ФСР,

Зябкина Александра Владиславовна,
педагог-организатор ГКЦ ФСР,

Кургузкина Юлия Вячеславовна,
методист, педагог-организатор ГКЦ ФСР,

Воронина Елена Адольфовна,
к.п.н., зав. методическим отделом.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность дополнительной общеразвивающей программы (далее Программа):

Программа «Городки» направлена на вовлечение обучающихся в старинную русскую народную спортивную игру. В этой игре необходимо с определённых расстояний «выбивать» метанием биты различные фигуры. Игра способствует формированию у обучающихся концентрации и ловкости и имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Адресат программы:

Программа адресована обучающимся от 10 до 16 лет, мальчикам и девочкам, желающим получить начальные знания, умения и навыки в игре «Городки».

Актуальность программы:

Городки – самостоятельный вид спорта и популярная спортивная игра для детей и подростков, которая не знает возрастных ограничений, для нее не нужна специальная физическая подготовка. От игрока требуется концентрация внимания, владение техникой исполнения ударов и координация. В настоящее время возросло количество детей с респираторными заболеваниями, появились дети с избыточным весом, дети с нарушением осанки, с нарушением зрения. Причиной этому является малоподвижный образ жизни. Городки – является прекрасным видом досуга, который включает в себя и спорт, и закаливание организма, и общение.

Игра «Городки» повышает реакцию, способность к концентрации, сосредоточению, укрепляет нервную систему ребенка. В игре ребенку можно делать то, что в реальности прогулки запрещено: играть с палкой, бросать ее, бегать, кричать, что является сильной психоэмоциональной разгрузкой.

«Городки» учат внутренней дисциплине, развивают упорство, способность мгновенно принимать решения.

Программа отвечает задачам, поставленным в Концепции развития детско-юношеского спорта до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 года № 3894-р) в части обновления содержания образовательных программ в области физической культуры и спорта в соответствии с интересами детей, потребностями семьи, общества и государства; обеспечения условий для доступа детей к современным знаниям и технологиям в сфере детско-юношеского спорта, а также к современной спортивной инфраструктуре; реализации права на развитие личностного и профессионального самоопределения и самореализации детей в различных элементах системы детско-юношеского спорта; внедрения системы спортивной ориентации детей для занятий видом (видами) спорта.

Программа доступна для освоения всем обучающимся, независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей. Так как этот вид спорта не требует больших физических усилий, в него могут играть дети с ОВЗ.

Игра в городки - один из способов поддержания хорошей физической формы. Постоянное движение во время игры, тренировок, отработка движений, ударов, поз, улучшает общее физическое состояние, закаляет не только организм, но и нервную систему. Также эти занятия являются пропагандой здорового образа жизни.

Кроме того, программа ориентирована на решение ряда воспитательных задач, таких как развитие лидерских качеств, умения работать в команде и оказывать помощь своим партнерам. Городки очень полезны для детей с точки зрения социального и интеллектуального развития, потому что вырабатывает такие качества, как стратегическое мышление, целеустремленность и упорство. Поэтому от детей требуются доскональное знание правил, честность и принципиальность по отношению к себе и к своим товарищам по игре. Это дисциплинирует детей, учит их владеть собой в стрессовых ситуациях и с уважением относиться к соперникам.

Отличительные особенности программы

- краткосрочный характер (программа рассчитана на 12 часов, направлена на получение обучающимися начальных знаний, умений и навыков в игре «Городки»);
- вовлечение обучающихся в занятия этим видом спорта и популяризация здорового образа жизни;
- возможность реализации программы круглогодично;

Уровень освоения программы: общекультурный.

Объем и сроки освоения программы:

Объем программы – 12 часов.

Срок освоения – 4 дня.

Занятия проходят 1 раз в день по 3 часа на протяжении 4 дней. Занятия проводятся по 45 минут с 10 - минутным перерывом.

Цель программы: развитие спортивных навыков обучающихся на основе овладения начальными знаниями, умениями и навыками в игре «Городки».

Задачи программы:

Обучающие:

- дать представление об основных правилах игры «Городки»;
- сформировать начальные навыки игры;
- ознакомить с основными правилами безопасного использования инвентаря игры (биты и деревянных цилиндров).

Развивающие:

- развивать физические качества и двигательные способности: ловкость, силу, выносливость, глазомер, координационные способности, собранность, организованность, быстроту двигательной реакции; функции равновесия;

Воспитательные:

- воспитывать интерес и потребность в физических упражнениях и положительное отношение к физической культуре и спорту, а также потребность к самостоятельным занятиям, к здоровому образу жизни.

Планируемые результаты освоения программы

Задачи	Ожидаемые результаты	Способы диагностики
<i>Предметные</i>		
Дать представление об основных правилах игры Городки	Знание основных правил игры в городки	Выполнение практических упражнений
Формировать начальные навыки игры	Сформированность техники и начальных навыков игры Городки	Выполнение практических упражнений
Ознакомить с основными правилами безопасного использования инвентаря игры (биты и деревянных цилиндров)	Знание основных правил безопасного использования биты и деревянных цилиндров во время игры.	Выполнение практических упражнений
<i>Метапредметные</i>		
Развивать координационные способности; функции равновесия;	Положительная динамика в развитии координационных способностей	Педагогическое наблюдение
<i>Личностные</i>		
Воспитывать интерес и потребность в физических упражнениях и играх;	Положительная динамика отношения обучающихся к занятию спортом и физической культурой	Педагогическое наблюдение

Организационно-педагогические условия реализации программы

Реализация программы осуществляется на **русском языке**.

Программа реализуется по персонифицированному финансовому сертификату дополнительного образования.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации программы:

- возможна реализация программы с использованием сетевой формы (на основании договоров с образовательными организациями, располагающими необходимым материально-техническим обеспечением - помещениями и оборудованием);
- предполагается реализация программы круглогодично;
- программа предполагает возможность обучения детей-инвалидов и детей с ОВЗ.

Особенности организации образовательного процесса

Программа включает в себя два раздела:

Первый раздел «Правила городков», включает темы, освоение правил игры и терминологию

Второй раздел «Прохождение партий» (построение и выбивание фигур) позволяет

развить начальные навыки игры и отработать технику.

Условия приема на обучение:

специальных условий не предъявляется; на обучение принимаются все желающие, мальчики и девочки, не имеющие противопоказаний для занятий физической культурой.

Условия формирования групп: как одновозрастные, так и разновозрастные группы.

Количество обучающихся в группе: не более 15 человек.

Формы проведения занятий: занятия проводятся в форме игр и соревнований.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная (со всеми учащимися одновременно);
- групповая (в малых группах, в парах).

Кадровое обеспечение:

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, учителем физической культуры.

Материально-техническое оснащение: Для игры выбирается ровная площадка на любом покрытии — на асфальте, на земле, на газоне, физкультурный зал и делается разметка. Учебно-демонстрационное оборудование (карточки - фигуры, плакаты-растяжки с изображением фигур, фотоколлаж об истории городошного спорта, проектор и принадлежности к нему - специализированное оборудование и инвентарь: длина городков — 20 см, диаметр их — 4,5–5 см; длина биты — не более 1 м.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела (темы)	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1. Правила игры «Городки»	3	1	2	
1.1	Техника безопасности. Правила игры на площадке в городки.	3	1	2	наблюдение за соблюдением техники и правил городки, за качеством выполнения упражнений
2	Раздел 2. Прохождение партий.	9	2	7	
2.1	Площадка для игры в городки. Техника игры в городки.	3	1	2	наблюдение за соблюдением техники и правил городки, за качеством выполнения упражнений
2.2	Фигуры городков. Техника выбивания фигур.	3	1	2	наблюдение за соблюдением техники и правил городки, за качеством выполнения упражнений
2.3	Итоговые турниры	3	-	3	соревнование
Итого		12	3	9	

УТВЕРЖДЕН

Приказом
ГБНОУ «Балтийский берег»
№ 121 от « 08 » декабря 2023

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Городки» на 2023-2024 учебный год

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1, группа 1	*	*	1	4	12	1 раз в день по 3 часа на протяжении и 4 дней. Занятия проводятся по 45 минут с 10-минутным перерывом.

*Дата начала и окончания занятий может быть уточнена.

**Государственное бюджетное нетиповое образовательное учреждение
Санкт-Петербурга «Балтийский берег»**

Рассмотрена
Педагогическим
советом ГБНОУ
«Балтийский
берег»
Протокол № 2
от « 08 » 12 2023 г.

Рассмотрена
Научно-
методическим
советом
Протокол № 3
от « 06 » 12 2023 г.

Утверждена
Приказом
ГБНОУ «Балтийский
берег»
№ 121 от « 08 » 12 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«ГОРОДКИ»**

Срок освоения: 4 дня
Возраст обучающихся: 10-16 лет

Разработчики программы:

Аксенова Вера Владимировна,
методист, педагог-организатор ГКЦ ФСР,

Зябкина Александра Владиславовна,
педагог-организатор ГКЦ ФСР,

Кургузкина Юлия Вячеславовна,
методист, педагог-организатор ГКЦ ФСР,

Воронина Елена Адольфовна,
к.п.н., зав. методическим отделом.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Цель программы: развитие спортивных навыков обучающихся на основе овладения начальными знаниями, умениями и навыками в игре Городки.

Задачи программы:

Обучающие:

- дать представление об основных правилах игры Городки;
- формировать начальные навыки игры;
- ознакомить с основными правилами безопасного использования инвентаря игры (биты и деревянных цилиндров).

Развивающие:

- развивать физические качества и двигательные способности: ловкость, силу, выносливость, глазомер, координационные способности, собранность, организованность, быстроту двигательной реакции; функции равновесия;

Воспитательные:

- воспитывать интерес и потребность в физических упражнениях и положительное отношение к физической культуре и спорту, а также потребность к самостоятельным занятиям, к здоровому образу жизни.

Содержание программы:

Раздел 1. Правила игры «Городки»

1.1. Техника безопасности. Правила игры на площадке в городки.

Теория:

Вводный инструктаж по технике безопасности. Основные атрибуты для игры в городки биты, чурки. Правила игры на площадке в городки;

Практика:

Выполнение подводящих упражнений. Отработка техники игры в городки.

Форма контроля:

Текущий контроль: наблюдение за соблюдением техники и правил городков. Анализ качества выполнения упражнений, игровых действий.

Раздел 2. Прохождение партий.

2.1. Площадка для игры в городки. Техника игры в городки.

Теория:

Площадка для городков. Техника игры в городки: замах, бросок биты.

Практика:

Выполнение практических упражнений замах, бросок.

Форма контроля:

Текущий контроль: наблюдение за соблюдением техники и правил городков. Анализ качества выполнения упражнений, игровых действий.

2.2. Фигуры городков. Техника выбивания фигур.

Теория:

Понятие о фигурах, построение.

Практика:

Отработка бросков, игра «Разбей фигуру».

Форма контроля:

Текущий контроль: наблюдение за соблюдением техники и правил городков. Анализ качества выполнения упражнений, игровых действий.

2.3. Итоговые турниры.

Практика:

Соревнования обучающихся, предполагающие демонстрацию навыков игры в городки, отработка бросков в игре.

Форма контроля: соревнование.

Планируемые результаты освоения программы

Задачи	Ожидаемые результаты	Способы диагностики
<i>Предметные</i>		
Дать представление об основных правилах городков	Знание основных правил игры в городки	Выполнение практических упражнений
Формировать начальные навыки игры	Сформированность техники и начальных навыков игры	Выполнение практических упражнений
Ознакомить с основными правилами безопасного использования инвентаря игры (биты, цилиндры)	Знание основных правил безопасного использования бит и цилиндров во время игры.	Выполнение практических упражнений
<i>Метапредметные</i>		
Развивать координационные способности; функции равновесия	Положительная динамика в развитии координационных способностей	педагогическое наблюдение
<i>Личностные</i>		
Воспитывать интерес и потребность в физических упражнениях и играх	Положительная динамика отношения обучающихся к занятию спортом	Педагогическое наблюдение

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Название раздела, темы		Количество часов			Дата	
		Всего	Теория	Практика	План	Факт
Раздел 1. Правила городки		3	1	2		
1	Техника безопасности. Правила игры на площадке в городки.	3	1	2		
Раздел 2. Прохождение партий.		9	2	7		
2	Разновидности фигур для игры в городки. Техника игры в городки.	3	1	2		
3	Построение фигур и отработка бросков.	3	1	2		
4	Итоговые турниры.	3		3		
ИТОГО		12	3	9		

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Обучение по Программе включает применение следующих **методов обучения**:

- методы, способствующие первичному усвоению материала (рассказ, беседа);
- методы, способствующие закреплению и совершенствованию знаний (выполнение практических упражнений).

Обучение по программе включает применение следующих образовательных технологий:

- здоровьесберегающая образовательная технология, предполагающая проведение занятий с позиции здоровьесбережения: обстановка и гигиенические условия в помещении; вариативность видов учебной деятельности и преподавания; темп занятия и нагрузка; психологический климат на занятии; наличие на занятии эмоциональных разрядок и др.
- игровая технология, которая обеспечивает личностную мотивационную включенность каждого обучающегося, что значительно повышает результативность данной формы образовательного взаимодействия.

Общеразвивающие упражнения, способствующие общей физической подготовленности игроков

Общеразвивающие упражнения для кистей рук:

- разводить руки в стороны из положения руки перед грудью;
- поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки

за голову;

- поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед / вверх;
- поднимать руки вверх – назад попеременно, одновременно;
- поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Общеразвивающие упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:

- поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками;
- наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола;
- наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки;
- поворачиваться, разводя руки в стороны, из положения руки перед грудью, руки за голову;
- поочередно отводить ноги в стороны из упора присев;
- подтягивать ноги и голову к груди (группироваться);

Статические упражнения:

- сохранять равновесие, стоя на носках, приседая на носках;
- сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны, стоя на одной ноге, руки на поясе).

Психомоторные упражнения:

- развитие вестибулярного аппарата посредством выполнения поворотов, наклонов и вращений головой с различной скоростью. Упражнения выполняются в различных положениях ног (шире плеч, на ширине плеч, ноги вместе) с открытыми и закрытыми глазами.

Перечень дидактических средств

Правила игры (см. приложение 1-2).

Электронные образовательные ресурсы

Правила вида спорта "Городошный спорт"

<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71629906/?ysclid=lpicvl97kw739790365>

Городошный спорт. Городки

<http://elib.cspu.ru/xmlui/bitstream/handle/123456789/992/%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20.pdf?sequence=1>

История спорта [История спорта \(gorodki-russia.ru\)](http://gorodki-russia.ru)

Список литературы для педагогов

1. Волошина Л.Н.: Игра "Городки" в начальной школе. - Белгород: ПОЛИТЕРРА, 2010
2. Володченко В.Ю.: Выходи играть во двор. - М.: Молодая гвардия, 1989
3. Пугачёв В.Ф.: Городки. - М.: Физкультура и спорт, 1990
4. Семёнов С.С.: Городошный спорт. - М.: Физкультура и спорт, 1981
5. Спортивные игры. - М.: Просвещение, 1975

Список литературы для детей и родителей

1. Городошный инвентарь // Товарный словарь / И. А. Пугачёв (главный редактор). — М.: Государственное издательство торговой литературы, 1957.
2. Деревенский Б. Г. История игры в городки. — Альманах «Русский мир», (СПб.) №1, 2008. С. 357—372.
3. Пугачёв В.Ф.: Городки. - М.: Физкультура и спорт, 1990

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по дополнительной общеразвивающей программе проводятся текущий и итоговый контроль.

Текущий контроль проводится по темам и предполагает наблюдение за соблюдением обучающимися техники безопасности, правил городков, качеством техники игры.

Итоговый контроль проходит в форме соревнования – турниров городков.

Турниры проводятся в индивидуальной или командной форме. Диагностика освоения навыков игры производится из расчета выполнения удачных попыток разбитых фигур.

Оценка производится из расчета контрольных нормативов по 3-х бальной системе по количеству набранных очков за 1 бросок на каждой из 15-фигур: уровень «низкий» (0-5 очка), «средний» (6-10), «высокий» (11-15).

Критерии оценки качества освоения программы

«Высокий уровень»:

– Обучающийся знает правила поведения и техники безопасности игры. Может самостоятельно подготовить инвентарь к игре. Умеет выполнять подготовительные движения и упражнения для игры. Знает основы техник (построение фигур, прицеливания, замаха и т.д.). Умеет выполнять все изученные упражнения. Набирает в игре наибольшее количество очков (9-15 очков).

«Средний уровень»:

– Обучающийся знает правила поведения и техники безопасности при игре. Может самостоятельно подготовить инвентарь к игре. Владеет основами техник (построение фигур, прицеливания, замаха и т.д.), но допускает ошибки. Набирает в игре 6-10 очков.

«Низкий уровень»:

– Обучающийся плохо знает правила поведения и техники безопасности при игре. С помощью педагога подготовит инвентарь к игре. Знаком с основами техник (фигурами, прицеливания, замаха и т.д.), но выполняет их с ошибками. Набирает в игре 0-5 очка.

**Информационная карта освоения обучающимися
дополнительной общеразвивающей программы «Городки»**

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Правила безопасности	Правила поведения	Самостоятельность подготовки инвентаря	Умения выполнения подготовительных упражнений	Стойка при броске	Владение техникой замаха	Владение техникой броска	Владение техникой удара	Владение техникой построения фигур	Количество очков	Уровень освоения техники игры
1												
2												
3												
4												
5												

ПРАВИЛА ИГРЫ «ГОРОДКИ КЛАССИЧЕСКИЕ», «ГОРОДКИ КЛАССИЧЕСКИЕ – КОМАНДНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ»

Игра в городки заключается в выбивании фигур или других построений из определенного количества городков с ограниченной площади, называемой «городом». Выбивание производится битами с определенного расстояния.

Городки классические и городки классические – командные соревнования» – игра в городки осуществляется составными битами, собираемыми из металлических втулок, концевой стакана и деревянных или полимерных вставок, а также ручки, изготовленной из древесины, текстолита или полимерных материалов. Вес биты – произвольный.

Для игры используются 15 фигур, выстраиваемых из пяти городков, изготовленных из древесины.

Инвентарь. Площадка для игры. Оборудование площадки.

Городок. Городок (рис. 1) может иметь форму цилиндра диаметром 48-50 мм или правильной призмы, имеющей в основании квадрат со стороной 43-45 мм. Длина городка – 200 ± 1 мм. Торцы городков должны иметь фаску 2-3 мм и быть ровными.

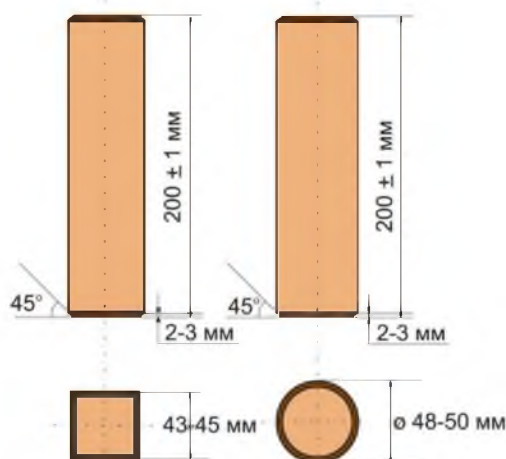


рис. 1

Бита. Для игры применяются составные биты. Составная бита (рис. 2) представляет собой круглый стержень длиной не более метра произвольного веса и диаметра. Бита собирается из вставок, втулок, концевой стакана и ручки. Расстояние от края втулки до места кернения (крепления) – 10-15 мм. Место крепления ручки должно находиться на расстоянии 25-35 мм от края втулки.

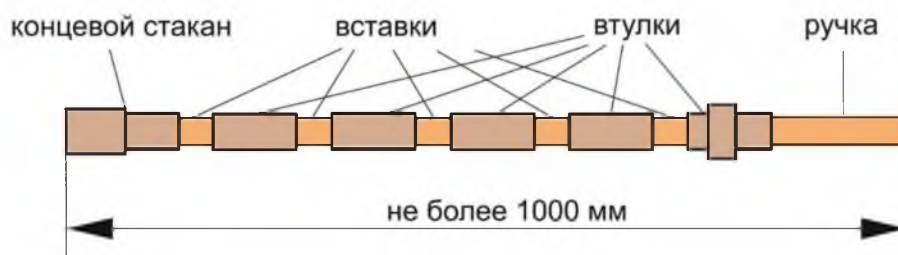


рис. 2

Игра ведётся на одной или нескольких площадках (рис.3, рис.4), которые назначаются соперникам по жребию. Каждая — шириной 2 м полоса в которой размещены город, пригород, линии полукона и кона: город — 2×2 м; перед ним пригород 1 м ограниченный по сторонам диагонально расходящимися в стороны усами и штрафной линией: в городе на лицевой линии — границе с пригородом — размещается большинство фигур; места бросков от города: дальнее (кон) — 10-13 м, ближнее (полукон) — 5-6,5 м; длина городков — 20 см, диаметр их — 4,5–5 см; длина биты — не более 1 м.

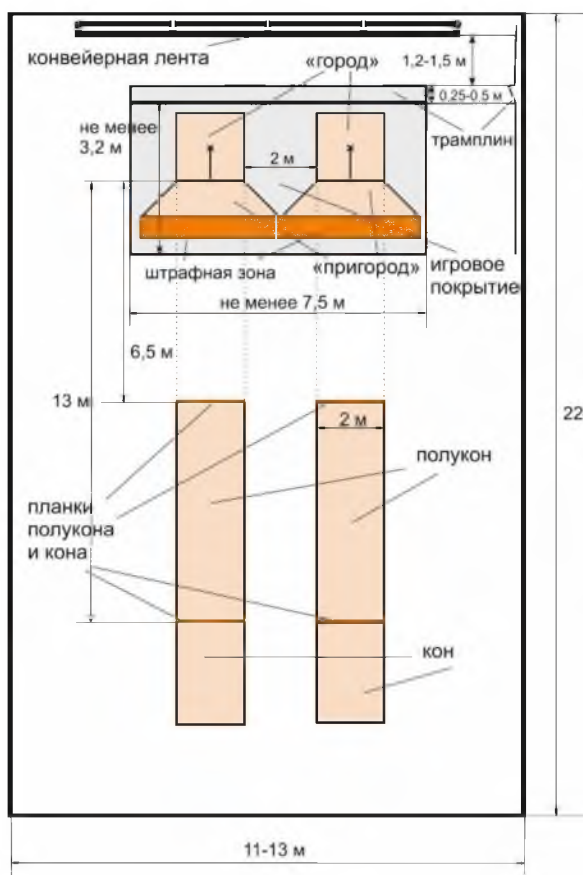


рис.3

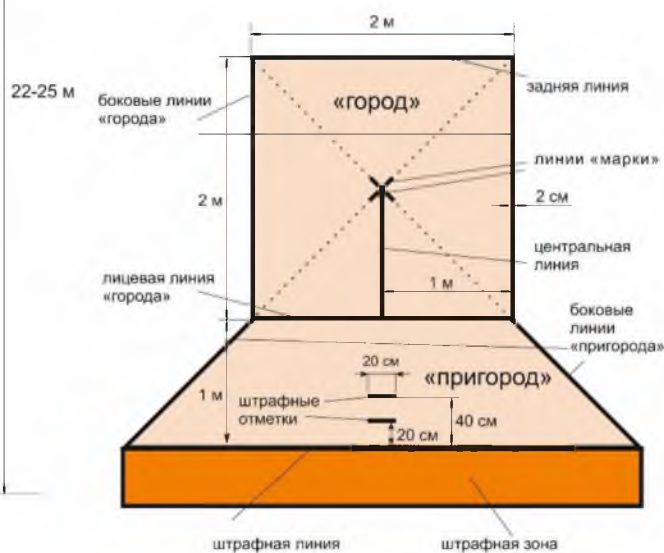


рис.4

В каждом туре сначала фигуры выбиваются с кона, но, если из фигуры выбит хотя бы один городок, остальные выбиваются с полукона. А вот фигура-письмо выбивается только с кона. Городок считается выбитым, если он полностью вышел из города и пригорода. Марка в фигуре -письмо считается выбитой, если ни она, ни бита не задела другие городки.

Бросок считается потерянным, если:

- бита коснулась штрафной линии или земли перед ней;
- игрок в момент броска наступил или заступил за линию кона (полукона);
- во время броска игрок заступил ногой за боковую планку;
- игрок затратил больше 30 с на подготовку для броска.

Все городки в этих случаях ставятся на прежние места, повторять удар не разрешается.

Городошные фигуры

Для соревнований в спортивных дисциплинах «городки классические» и «городки классические – командные соревнования» используются 15 фигур. Последовательность и правильная их постановка в партии из 15 фигур показана на рисунке 5.

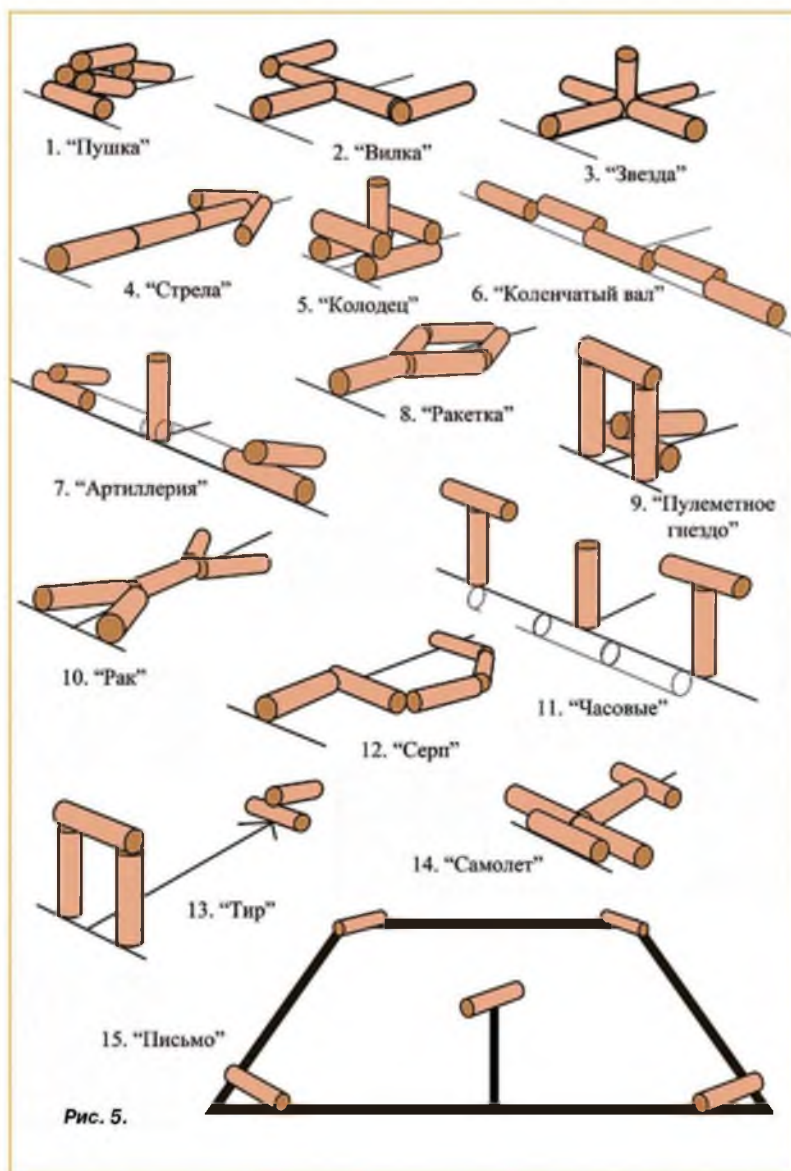


рис.5

В партии из 10 фигур в классификационных личных и в командных соревнованиях мальчиков и девочек, юношей и девушек 11-12 лет, юношей и девушек 13-14 лет, юношей и девушек 11-14 лет используется следующая последовательность постановки фигур:

1. «Пушка», 2. «Вилка», 3. «Колодец», 4. «Стрела», 5. «Артиллерия»,
6. «Серп», 7. «Пулеметное гнездо», 8. «Самолёт», 9. «Тир», 10. «Письмо».

Для проведения личных соревнований среди мужчин, женщин, юношей и девушек 15-18 лет по системе с выбыванием, парных и командных соревнований с количеством участников команды менее 4-х человек рекомендуется играть партии с использованием следующих 10 фигур:

1. «Пушка», 2. «Вилка», 3. «Колодец», 4. «Коленчатый вал», 5. «Артиллерия», 6. «Пулеметное гнездо», 7. "Часовые", 8. «Серп», 9. «Тир», 10. «Письмо».

Последовательность и количество выбываемых фигур могут быть изменены в зависимости от системы проведения соревнований.

Игру всегда начинает правое поле. Начинает спортсмен команды с правого поля пробивает две биты, отвечает спортсмен команды с левого поля пробивая две биты. После окончания партии право начать следующую получает другая команда. Побеждает в матче команда, выигравшая две партии подряд. При равном счёте назначается третий поединок. На крупных соревнованиях матч обычно состоит из пяти партий. Победителем считается тот, кто затратил на выбивание фигур наименьшее число бит.

Для игры выбирается ровная площадка на любом покрытии — на асфальте, на земле, на газоне, в зале — и делается разметка.

В городки можно играть одному, «один на один» и команда на команду. В каждой команде должно быть не менее 3-х игроков, также может иметься запасной игрок в команде. Когда первая команда закончит свои броски (каждый игрок по очереди может бросить только две биты), начинает выбивать свои фигуры вторая команда и так далее.

В ходе игры по договорённости можно менять или уточнять условия и правила игры, упрощая или усложняя её.

Техника броска биты состоит из следующих элементов:

1. хват или держание биты за ручку;
2. исходное положение - стойка;
3. замах - отведение биты;
4. разгон биты;
5. выброс или финальное усиление.

Изучение техники игры «Городки» происходит поэтапно, по мере освоения простых элементов техники дети переходят к изучению её более сложных элементов.

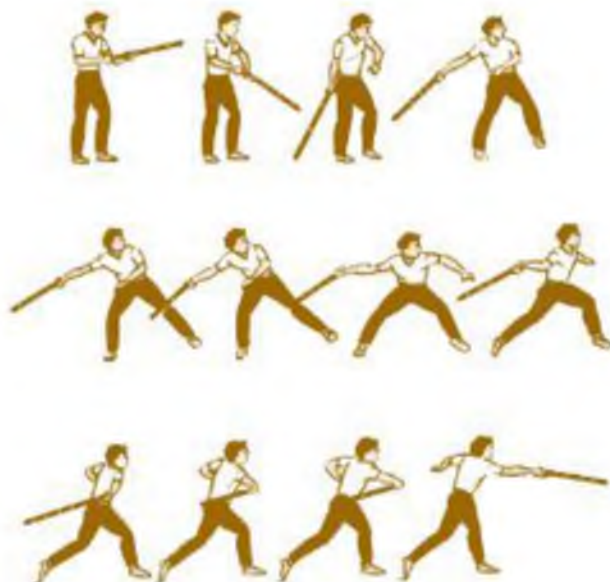
ХВАТ. Хват ручки биты. Ребенок берет биту за ручку правой (левой) рукой так чтобы ладонь руки была обращена кверху. Пальцы обхватывают ручку в замок так, чтобы бита в руке располагалась вдоль предплечья, являясь как-бы продолжением руки.

СТОЙКА. Исходное положение (стойка). Ребёнок располагается левым боком к «городу», ноги – чуть шире плеч. Стопы расположены боком к «городу». Вес тела распределен равномерно на обе ноги. Ребенок держит биту в опущенной дальней от «города» руке. Свободная рука – вдоль туловища.

ЗАМАХ. Замах начинается с переноса веса тела на толчковую ногу, правая нога при этом незначительно сгибается в коленном суставе. Плечи немного отводятся назад и поворачиваются по часовой стрелке, увлекая руки с битой через сторону назад. Левая рука лёгким толчком освобождается от биты в направлении её, и продолжает закручивать плечи с позвоночным столбом. Правая рука продолжает отводить биту назад, постепенно выпрямляясь в локтевом суставе, кисть доходит до осевой линии направления броска, а комель биты несколько дальше – через низ.

РАЗГОН БИТЫ. Начало разгона совпадает с моментом движения левой ноги в шаг и поиска ею опоры. Разгон биты выполняется энергичным разворотом ног пятками в сторону-вперед с одновременным разворотом туловища и рук. В этот момент тяжесть тела переносится на левую ногу. Бросок биты заканчивается резкой остановкой бросающей руки на цели. При этом кисть сохраняет свое начальное положение ладонью кверху.

ВЫБРОС. Туловище в фазе разгона и выброса незначительно наклонено в сторону биты, левая нога в момент выброса выпрямляется полностью. Весь разгон и выброс правая рука выпрямлена и всю работу выполняет от плеча как одно целое с битой.



Упражнения и методические приемы для совершенствования технико-тактического мастерства

В процессе тактической подготовки решаются три основные задачи:

- 1) приобретение тактических знаний;
- 2) формирование тактического мышления;
- 3) усвоение тактических навыков и умений.

Ребёнок должен знать:

- правила игры, особенности её проведения;
- условия соревнований и действия участников в ходе соревнований;
- основы тактических действий в игре, такие как:
 - 1) разворот, недоразворот и переразворот биты;
 - 2) лобовое попадание, недоброс, переброс биты, накрытие;
 - 3) увод, недовод биты, центровка;

Теоретическая подготовка

Теоретическая подготовка по городошному спорту призвана содействовать решению следующих задач:

- формирование у детей высоких морально-патриотических качеств;
- формирование знаний о строении и функциях человеческого организма, гигиене, врачебном контроле, самоконтроле, профилактике травм и заболеваний;
- выработка понимания основ построения тренировки и протекания процесса восстановления;
- формирование понимания биомеханической основы техники и принципов тактики и стратегии в игре «городки»;
- формирование знаний истории игры «городки» и городошного спорта.

Из истории городков

Городки - старинная народная игра. Её цель – выбить битой (палкой) городки (рюхи) из «города» (квадрата или круга).

История игры в городки уходит вглубь веков, а возникла она как военно-прикладная игра, смысл которой заключался в выбивании противника (фигуры) из города. Упоминание о старинной русской игре – городках можно найти в собрании русских былин А.Д. Григорьева, где умело играющим в городки изображался легендарный богатырь Добрыня Никитич. В историческом романе «Князь Серебряный»

Очень увлекался городками Петр Великий, новатор, он и здесь внес свою лепту: придумал новые игровые фигуры «Пушка» и «Артиллерия». А генералиссимус Суворов неизменно возил в своей походной сумке набор бит. И в свободное от службы Отечеству время любил позабавиться и выбить пару-тройку фигурок.

Первые достоверные сведения о распространении у русских игры в городки относятся к началу XIX века. Это цветные гравюры, содержащиеся в нескольких западноевропейских изданиях и сопровождаемые кратким описанием русской народной забавы. По этим публикациям можно судить, что к началу XIX века игра в городки (или рюхи) была распространена по всей России и имела свои правила. Поэтому возникновение игры в городки следует отнести к середине или к первой половине XVIII века. Эта игра зародилась в гуще русского народа и распространилась как среди крестьянства, так и среди городских жителей.



К. Г. Г. Гейслер. Городки. 1805.

В городки с удовольствием играли русские писатели Толстой, Андреев и Горький, певец Шаляпин, музыкальный критик и композитор Стасов, академик Павлов, генетик Тимофеев-Ресовский, а также советские руководители Ленин, Сталин, Калинин, Ворошилов.

А.Н. Толстой писал, что в городки с удовольствием играли русские бояре времён Ивана Грозного. В Государственной публичной библиотеке хранятся альбомы с немецкими и французскими гравюрами 1805-1812 гг., посвящёнными русской игре в городки.

История свидетельствует, что в XIX веке в городки играли почти во всех регионах России, Украины, Белоруссии. Когда говорят об игре в городки до революции и об увлечении ею широких народных масс после 1917 года, обычно имеют в виду игру, по существу, без правил. Условия такой игры произвольно установились «знатоками» из числа играющих. Как вид спорта, имеющий единые правила, городки сформировались к 1923 году, когда в Москве были проведены первые Всесоюзные соревнования. В 1928 году городки были включены в программу первой Всесоюзной Спартакиады.

В послевоенные годы городки были одним из самых массовых видов спорта. В газетах писали, что по популярности городки уступали, пожалуй, только футболу. Городошные площадки были практически на всех стадионах, во всех домах отдыха, пансионатах, санаториях и пионерлагерях, в парках и даже на территориях заводов и фабрик.

Популярность городков объясняется не только тем, что игра является отличным средством оздоровления, но и тем, что в городки могут играть и дошкольники, и взрослые и пожилые люди, так как этот вид спорта является доступной и интересной игрой с легко дозируемыми нагрузками в постоянном разнообразном движении на свежем воздухе.

Игра в городки дала название Рюхиной улице на Крестовском острове в Санкт-Петербурге. В середине 1920-х годов Крестовский остров планировалось превратить в спортивный комплекс, поэтому многие улицы получили свои «спортивные» названия. Бывший Белосельский проспект с 6 апреля 1925 года стал называться Рюхин проспект, от слова рюха, как предмета для игры в городки. С 1930-х гг. установилось современное название улицы.

Названия фигур из «городков» или «рюх» с течением времени изменялись (пример: баба в окошке на пулемётное гнездо).



Толстой играет в городки

Игра в городки в исполнении Ленина изображена в третьей главке поэмы Андрея Вознесенского «Лонжюмо», посвящённой В. И. Ленину и слушателям его марксистской школы в Лонжюмо под Парижем.

Как вид спорта, имеющий единые правила, городки сформировались к 1923 году, когда в Москве были проведены первые Всесоюзные соревнования. В 1928 году городки были включены в программу Всесоюзной спартакиады. В 1933 году вышли новые правила, в которых были определены 15 фигур. Начиная с 1987 года асимметричные мишени для левшей стали зеркально переворачивать. Особую популярность городки завоевали в XX веке. С 1936 года проводились чемпионаты СССР по городкам. Почти все соревнования выигрывали москвичи. Заслуженный мастер спорта, чемпион Союза по городкам в командном и личном зачете Семён Громов.

Согласно официальной статистике, в 1960-е — 1970-е годы городками в СССР занималось около 350 тысяч человек. Популярность городков стала падать к 1980—1990-м годам.

После распада Советского Союза количество занимающихся резко сократилось.

С начала XXI века интерес к городошному спорту снова стал повышаться. В частности, ежегодно проходят розыгрыши Кубка Европы по городкам. Также проводятся чемпионаты мира.

В 1980 году была выпущена серебряная монета СССР, номиналом 5 рублей, посвящённая Олимпиаде-80.



В 1999 и в 2023 году были выпущены почтовые марки, посвящённые городошному спорту [фото].

