|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  «Средняя общеобразовательная школа № 14 города Белово»   |  |  | | --- | --- | |  | Утверждаю:  Директор МБОУ СОШ №14  города Белово  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.Р. Зубер  Пр. №\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г. |   **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  **«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**  для обучающихся 1, 2, 3, 4 классов  на 2013 – 2014 учебный год   |  |  | | --- | --- | | Обсуждено  на заседании методического объединения  Протокол №\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_ г.  Руководитель МО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.А. Сарапулова    Белово 2013 г | Составители:  Соннова Е.В.,  Оноприенко Л.А.  Рассмотрено  методическим советом  Протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г.  Председатель МС \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.А. Чегошева | |

СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Пояснительная записка | 3 |
| 1. Цели и задачи обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности | 6 |
| 1. Межпредметные связи программы внеурочной деятельности | 7 |
| 1. Особенности реализации программы внеурочной деятельности: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности | 7 |
| 1. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности | 8 |
| 1. Содержание программы | 9 |
| 1. Учебный план 1 класс | 11 |
| 1. Учебный план 2 класс | 12 |
| 1. Учебный план 3 класс | 13 |
| 1. Учебный план 4 класс | 14 |
| 1. Тематический план 1 класс | 15 |
| 1. Тематический план 2 класс | 16 |
| 1. Тематический план 3 класс | 19 |
| 1. Тематический план 4 класс | 21 |
| 1. Перечень учебно-методических средств обучения | 23 |

**Программа курса внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры»**

направление: спортивно-оздоровительное

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Современное, быстро развивающееся общество предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Все свои жизненные впечатления и переживания младшие школьники отражают в условно-игровой форме, способствующей конкретному перевоплощению в образ ("Гуси- лебеди”, например). Игровая ситуация увлекает и воспитывает младшего школьника, а встречающиеся в некоторых играх зачины, диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной умственной деятельности.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностноориентированный подходы. Программа включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психического и нравственного здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры, здорового образа жизни обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования. Сегодня мы все чаще обращаемся к опыту наших предков, к истокам народного образования и воспитания, поскольку именно там мы находим ответы на многие трудные вопросы сегодняшнего дня.

В русских селах и городах среди молодежи были широко распространены народные игры подвижного характера. Без них не обходился ни один даже самый скромный народный праздник. В игру вовлекались целые группы подростков, которые состязались в силе, ловкости, быстроте, меткости. В связи тем, что игры, как правило, проводились на улице, на свежем воздухе, это способствовало укреплению здоровья. Они способствуют самореализации, самовыражению личности, интересны детям, органически вписываются в современные учебно-воспитательные системы. Игра – уникальный феномен общечеловеческой культуры, поскольку у каждого века, у каждой эпохи, у каждого конкретного этноса, у любого поколения есть свои любимые игры. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора; движения точны и образны, часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами, заманчивыми и любимыми детьми считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший, неоспоримый игровой фольклор.

При отборе игр, способствующих физическому воспитанию детей младшего школьного возраста, целесообразно ориентироваться на особенности их содержания, под которыми понимается, прежде всего, сюжет, тема игры, ее правила и двигательные действия. Именно содержание игры определяет ее образовательную и воспитательную значимость, игровые действия детей; от содержания зависит своеобразие организации и характер выполнения двигательных заданий.

Народная подвижная игра, выполняя различные функции (развивающую, познавательную, развлекательную, диагностическую, корректирующую) служит средством приобщения детей к народной культуре. Подвижная игра – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Бессюжетные народные подвижные игры типа ловишек, перебежек очень близки к сюжетным – в них лишь нет образов, которым дети подражают, все остальные компоненты те же: наличие правил, ответственных ролей (ловишек, салок), взаимосвязанные игровые действия всех участников. Эти игры, так же как и сюжетные, основаны на простых движениях, чаще всего беге в сочетании с ловлей и прятаньем и т. п. Такие игры доступны и младшим и старшим школьникам.

Народные подвижные игры вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических и физических процессов, стимулирует переход детского организма к более высокой ступени развития.

Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребенка, а встречающиеся в некоторых играх зачины, диалоги непосредственно характеризуют персонажи и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной умственной деятельности.

В народных подвижных играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы ребенка, развитию его мышления и самостоятельности действий.

В младшем школьном возрасте повышенное значение для детей приобретают отношения со сверстниками, и здесь открываются дополнительные возможности для активного использования этих отношений в учебно-воспитательных целях, в частности для стимулирования психического развития ребенка через публичное одобрение в присутствии товарищей его поступков и достижений, через соревнование со сверстниками, через многие другие действия и ситуации, затрагивающие социальный престиж ребенка.

Трудолюбие и самостоятельность, развивая способность к саморегуляции, создают благоприятные возможности для развития детей младшего школьного возраста и вне непосредственного общения с взрослыми или сверстниками. В ходе игр вырабатывается и взаимопонимание партнёров в коллективе необходимое в командных и лично-командных соревнованиях. Правильно построенная система игр (в том числе и подвижных) помогает подвести обучающихся к достижению наилучшей спортивной формы в нужный момент.

Разнообразные движения и действия, обычно выполняемые на свежем воздухе, т.е. в благоприятных условиях, оказывают на играющих оздоровительное воздействие. Они способствуют укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма человека и служит полезным средством активного отдыха обучающихся, которые заняты напряженной умственной деятельностью. Известно, что чем разнообразнее и интенсивнее движения, тем значительнее и активнее изменения, вызываемые ими в функциях органов и систем организма. Это многостороннее влияние спортивных игр на организм человека весьма существенно.

Образовательное значение имеют игры, родственные по двигательной структуре отдельным видам спорта (спортивным играм, лёгкой атлетике, гимнастике, баскетболу, волейболу и др.). Такие игры направлены на закрепление и совершенствование разученных предварительно технических и тактических приёмов и навыков того или другого вида спорта. Образовательная сторона игры будет стоять на должной высоте, если педагог, воспитатель будут обращать на это должное внимание.

Итак, спортивные игры имеют воспитательные оздоровительные и образовательное значение.

***Актуальность программы*** данного курса обусловлена тем, что школьников обучают бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства.

Программа предназначена для обучающихся 1–4-х классов, реализуется учителями начальных классов, занимающимися вопросами обучения здоровому образу жизни детей в возрасте от 6 до 11 лет. На курс «Подвижные игры» отводится 135 часов. Программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа занятий в неделю: 1-й класс – 33 часа в год, 2–4-й классы – 34 часа в год.

***Данный курс нацелен на:***

* формирование у обучающихся представлений о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье: снижение двигательная активности, инфекционных заболеваний, переутомления и т. п.; о существовании зависимости от вредных привычек и их пагубном влиянии на организм человека, причинах возникновения, о профилактике заболеваний и правилах оказания первой помощи, об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; установок на ведение здорового образа жизни и коммуникативных навыков, таких как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения и своё поведение;
* расширение знаний и навыков учащихся по гигиенической культуре;
* воспитание нравственных чувств и этического сознания у младших школьников;
* развитие способности осознавать специфику отношений учащихся младшего школьного возраста к своему ближайшему окружению; семье, друзьям, одноклассникам, прогнозировать последствия своего отношения к окружающим;
* укрепление здоровья, повышение работоспособности обучающихся, развитие основных двигательных качеств;
* развитие навыков самооценки и самоконтроля.

В курсе внеурочной деятельности «Подвижные игры» выделяется несколькосодержательных линий:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержательные линии | 1-й класс | 2-й класс | 3-й класс | 4-й класс |
| Русские народные игры. | 11 | 12 | 12 | 12 |
| Игры народов Мира | 11 | 11 | 11 | 11 |
| Спортивные игры | 11 | 11 | 11 | 11 |
| Итого | 33 | 34 | 34 | 34 |

По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны младшему школьнику. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов. Подвижные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, народов мира, создаётся эмоционально положительная основа для развития чувств, коммуникативных навыков.

В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на определённых игровых заданиях, также много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы младшего школьника, развитию его мышления и самостоятельности действий. Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребёнок не может не проявить воспитываемые у него качества. Что ещё раз подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни. Организация культурной здоровьесберегающей практики детей через деятельные формы взаимодействия, будут способствовать становлению здоровьесберегающей компетентности у обучающихся.

**Цель программы –** формирование физического и психологического здоровья младших школьников.

**Задачи программы:**

* Формировать умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения; внутреннюю уверенность у обучающихся;
* Развивать познавательные интересы, интеллектуальные, творческие и коммуникативные способности;навыки самооценки и самоконтроля; конструктивного общения;
* Содействовать приобретению обучающимися опыта разрешения личных, групповых, социальных проблем;
* Обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья;
* Создавать положительный эмоциональный настрой, снятие страхов и эмоционального напряжения;
* Воспитывать волю, инициативность, ответственность , эмоциональную отзывчивость.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени начального общего образования являются:

* Закон Российской Федерации «Об образовании»;
* Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
* СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательном учреждении»
* Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования
* Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»,
* Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.

**Межпредметные связи программы внеурочной деятельности**

Программа носит комплексный характер, что отражено в межпредметных связях с такими учебными дисциплинами, как «Литературное чтение», «Окружающий мир», «Физическая культура» (табл. 1).

Таблица 1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Предмет | Содержание  учебной дисциплины | Содержание  программы «Подвижные игры» |
| Литературное  чтение | Русский народный фольклор: потешки, считалки, скороговорки, заклички и т.п. | Подбор пословиц, поговорок, закличек, считалок |
| Окружающий  мир | Сезонные изменения в природе  Опора тела и движение | Подвижные игры, формирующие осанку человека |
| Физическая  культура | Отличие физических упражнений от обыденных  Эстафеты по преодолению препятствий | Дни здоровья. Совершенствование двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. |

Подобная связь содержания программы внеурочной деятельности с учебной деятельностью обеспечивает единство развития и воспитания, что позволит формировать у обучающихся не только мотивацию на ведение здорового образа, а будет способствовать формированию знаний о социальной, психологической и соматической составляющей здоровья и уверенности в необходимости заботы о собственном здоровье.

.

**Особенности реализации программы внеурочной деятельности:**

**форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности**

Программа предназначена для обучающихся 1–4-х классов, занятия проводятся после уроков, продолжительность одного занятия 35 минут (1 класс), 45 минут (2-4 классы)

Занятия проводятся на свежем воздухе (при наличии хорошей погоды) и в спортивном зале (в пасмурную погоду). По данной программе могут вести занятия, как классный руководитель, так и любой другой учитель начальных классов. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника: игры, эстафеты, спартакиады, соревнования, Дни Здоровья.

Подобная реализация Программы соответствует возрастным особенностям обучающихся 1–4-х классов, способствует формированию личной культуры здоровья через организацию здоровьесберегающих практик, в процессе которых происходит интеграция знаний о культуре здоровья, что будет способствовать формированию умений обучающихся сохранять и укреплять собственное здоровье.

**Планируемые результаты**

***У обучающихся будут сформированы следующие универсальные учебные действия:***

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

* организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
* активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
* доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* личностная саморефлексия, способность к саморазвитию («что я хочу» (цели и мотивы), «что я могу» (результаты);
* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

* характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* анализировать и объективно оценивать результаты игры, находить возможности и способы их улучшения;
* видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
* понять другие позиции (взгляды, интересы);
* управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

* представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
* организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
* бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
* взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
* находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
* выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
* применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

* осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, что приведёт к уменьшению пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
* социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

В результате реализации программы внеурочной деятельностипо формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Русские народные игры. 47 ч.**

Игры: «У медведя во бору», «Гуси-лебеди», «Салки», «Догони меня», «Цепи кованы», «Из круга вышибала», «Мыши и сыр», «Море волнуется», «А мы просо сеяли», «Охотники и утки», «Жмурки», «Стаи рыбок», «Раки», «Тройка», «Смена мест», «Змейка», «Петрушка на скамейке», «Через холодный ручей», «Филин и пташки», «Волк во рву», «Заколдованный замок», «Водяной», «Птицелов», «Мячик кверху», «Горелки», «Салки на болоте», «Шишки – желуди – орехи», «Петушиный бой», «Тяни в круг», «Не зная броду, не суйся в воду», «Волк», «Краски».

**Игры народов Мира 44 ч**

Украинские народные игры: «Колдун», «Перепёлочка, «Шагомеры». Татарские народные игры: «Займи место», «Ловишки», «Бег по кочкам», «Салки со снежками», «Перехватчики». Белорусские народные игры: «Заяц-месяц», «Снежком по мячу», «Охотники и утки». Армянские народные игры: «Крепость», «Земля, вода, огонь». Дагестанские народные игры: «Палочка-стукалочка», «Выбей из круга». Бурятские народные игры: «Табун», «Иголка, нитка и узелок». Осетинские народные игры: «Борьба за флажки», «Изюминка». Мордовская народная игра «Салки». Таджикские народная игра «Игра в лошадки». Грузинская народная игра «Мяч в кругу». Азербайджанская народная игра «Изюминка». Узбекская народная игра «Чай-чай». Латвийская народная игра «Птица без гнезда». Эстонская народная игра «Чёрное и белое». Калмыцкая народная игра «Альчики». Башкирская народная игра «Медный пень». Кабардино-Балканская народная игра «Повелитель лунок». Марийская народная игра «Биляши». Удмурдская народная игра «Водяной».

**Спортивные игры. 44 ч.**

Игры: «Борьба за флажки», «Попади в цель», «Меткий, «Поймай хвост дракона», «Прыжки через ров», «Кто быстрее», «Выручай-ка», «Красочки», «Кошки-мышки», «Третий лишний», «Тише едешь - дальше будешь», «Бой петухов», «Сову«Вызов номеров»шка», «Салки-догонялки», «Не урони мешочек», «Пройди бесшумно», «Становись — разойдись», «Третий лишний», «Точно в мишень», «Мяч соседу», «12 палочек»

Для закрепления и развития, полученных спортивных и игровых навыков и достижений во время игр в каждой содержательной линии включены различные Дни Здоровья, спартакиады, соревнования, эстафеты с игровыми элементами:

Дни Здоровья: «Туристическими тропинками», «Зимние забавы», «В здоровом теле – здоровый дух». Эстафеты: «Выше, быстрее, сильнее, «Мороз невелик, да стоять не велит», «Бег сороконожек», «Делай с нами, делай как мы, делай лучше нас», «Выше, быстрее, сильнее». Соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья» Военно-спортивная эстафета. Малая спартакиада. Военизированная игра «Защита флага». Малые олимпийские игры.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**1 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Кол-во часов** | **Характеристика деятельности обучающихся** |
| 1 | Русские народные игры. | 11 ч. | Включаются в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.  Умеют планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия при занятиях двигательной   активности.  Находят ошибки при выполнении  заданий, отбирают способы их исправления.  Проявляют дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.  Оказывают посильную помощь и моральную поддержку другому.  Оценивают и анализируют свои действия, предвидят последствия своих поступков во время игры и соревнований.  Умеют самостоятельно организовывать игру, проявляя лидерские качества.  Применяют полученные знания на практике.  Находят выигрышную стратегию во время игры. |
| 2 | Игры народов Мира. | 11 ч. |
| 3 | Спортивные игры. | 11 ч. |
|  | **Итого** | **33 ч.** |  |

**2 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Кол-во часов** | **Характеристика деятельности обучающихся** |
| 1 | Русские народные игры. | 12 ч. | Включаются в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.  Умеют планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия при занятиях двигательной   активности.  Находят ошибки при выполнении  заданий, отбирают способы их исправления.  Проявляют дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.  Оказывают посильную помощь и моральную поддержку другому.  Оценивают и анализируют свои действия, предвидят последствия своих поступков во время игры и соревнований.  Умеют самостоятельно организовывать игру, проявляя лидерские качества.  Применяют полученные знания на практике.  Находят выигрышную стратегию во время игры. |
| 2 | Игры народов Мира. | 11 ч. |
| 3 | Спортивные игры. | 11 ч. |
|  | **Итого** | **34 ч.** |  |

**3 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Кол-во часов** | **Характеристика деятельности обучающихся** |
| 1 | Русские народные игры. | 12 ч. | Включаются в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.  Умеют планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия при занятиях двигательной   активности.  Находят ошибки при выполнении  заданий, отбирать способы их исправления.  Проявляют дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.  Оказывают посильную помощь и моральную поддержку другому.  Оценивают и анализируют свои действия, предвидят последствия своих поступков во время игры и соревнований.  Формируют ценностное отношение к здоровью и здоровому образу жизни; ценностное отношение к природе, к России, своему краю, отечественному культурно-историческому наследию, народным традициям, старшему поколению  Осваивают комплекс общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств; подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол.  Умеют измерять частоту сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений; проводить элементарные соревнования; самостоятельно организовать игру, проявляя лидерские качества.  Применяют полученные знания на практике.  Находят выигрышную стратегию во время игры. |
| 2 | Игры народов Мира. | 11 ч. |
| 3 | Спортивные игры. | 11 ч. |
|  | **Итого** | **34 ч.** |  |

**4 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Кол-во часов** | **Характеристика деятельности обучающихся** |
| 1 | Русские народные игры. | 12 ч. | Включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.  Уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия при занятиях двигательной   активности.  Наблюдать за своим физическим развитием и физической подготовкой.  Определять нагрузки во время выполнения различных физических упражнений и игр по показателям частоты сердечных сокращений.  Проводить игры в футбол , баскетбол и волейбол по упрощенным правилам.  Оказывать доврачебную помощь при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.  Находить ошибки при выполнении  заданий, отбирать способы их исправления.  Проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.  Оказывать посильную помощь и моральную поддержку другому.  Оценивать и анализировать свои действия, предвидеть последствия своих поступков во время игры и соревнований.  Уметь самостоятельно организовать игру, проявляя лидерские качества.  Применять полученные знания на практике.  Находить выигрышную стратегию во время игры.  Уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями игры, владеть специальной терминологией. |
| 2 | Игры народов Мира. | 11 ч. |
| 3 | Спортивные игры. | 11 ч. |
|  | **Итого** | **34 ч.** |  |

**Тематическое планирование**

**1 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полугодие | Четверть | Примерные сроки | № занятия | Тема | Количество  часов по теме | **Практическая часть** | | | **Примечание** |
| **Спортивные**  **эстафеты** | **Спартакиада** | **Соревнования** |
| I полугодие | I четверть |  |  | **Русские народные игры.** | **11 ч.** |  |  |  |  |
|  | 1 | Игра «У медведя во бору». | 1 |  |  |  |  |
|  | 2 | Игра «Гуси-лебеди». | 1 |  |  |  |  |
|  | 3 | День Здоровья «Туристическими тропинками» | 1 |  |  |  |  |
|  | 4 | Эстафета «Выше, быстрее, сильнее». | 1 | 1 |  |  |  |
|  | 5 | Игра «Салки». | 1 |  |  |  |  |
|  | 6 | Игра «Догони меня» | 1 |  |  |  |  |
|  | 7 | Игра «Цепи кованы». | 1 |  |  |  |  |
|  | 8 | Игра «Из круга вышибала». | 1 |  |  |  |  |
|  | 9 | Эстафета «Мороз невелик, да стоять не велит» | 1 | 1 |  |  |  |
| II четверть |  | 10 | Игра «Мыши и сыр». | 1 |  |  |  |  |
|  | 11 | Движение и жизнь. Подвижные игры на выбор. | 1 |  |  |  |  |
|  |  | **Игры народов Мира.** | **11 ч.** |  |  |  |  |
|  | 12 | Мордовская народная игра «Салки». | 1 |  |  |  |  |
|  | 13 | Осетинская народная игра «Борьба за флажки». | 1 |  |  |  |  |
|  | 14 | Бурятская народная игра «Иголка, нитка и узелок». | 1 |  |  |  |  |
|  | 15 | Дагестанская народная игра «Выбей из круга». | 1 |  |  |  |  |
|  | 16 | Белорусская народная игра «Охотники и утки». | 1 |  |  |  |  |
| I I пол  II полугодие  угодие | III четверть |  | 17 | Украинская народная игра «Колдун». | 1 |  |  |  |  |
|  | 18 | Татарская народная игра «Займи место». | 1 |  |  |  |  |
|  | 19 | Татарская народная игра «Ловишки». | 1 |  |  |  |  |
|  | 20 | День Здоровья «Зимние забавы» | 1 |  |  |  |  |
|  | 21 | Соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья» | 1 |  |  | 1 |  |
|  | 22 | Движение и жизнь. Подвижные игры на выбор. | 1 |  |  |  |  |
|  |  | **Спортивные игры.** | **11 ч.** |  |  |  |  |
|  | 23 | Игра «Борьба за флажки». | 1 |  |  |  |  |
|  | 24 | Игра «Попади в цель». | 1 |  |  |  |  |
|  | 25 | Игра «Меткий стрелок». | 1 |  |  |  |  |
|  | 26 | Игра «Поймай хвост дракона». | 1 |  |  |  |  |
| IV четверть |  | 27 | Малая спартакиада. | 1 |  | 1 |  |  |
|  | 28 | Малая спартакиада. | 1 |  | 1 |  |  |
|  | 29 | Военно-спортивная эстафета. | 1 | 1 |  |  |  |
|  | 30 | Игра «Прыжки через ров» | 1 |  |  |  |  |
|  | 31 | Игра «Кто быстрее» | 1 |  |  |  |  |
|  | 32 | Военизированная игра «Защита флага». | 1 |  |  |  |  |
|  | 33 | Малые олимпийские игры. | 1 |  | 1 |  |  |

**Тематическое планирование**

**2 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полугодие | Четверть | Примерные сроки | № занятия | Тема | Количество  часов по теме | **Практическая часть** | | | **Примечание** |
| **Спортивные**  **эстафеты** | **Спартакиада** | **Соревнования** |
| I полугодие | I четверть |  |  | **Русские народные игры.** | **12 ч.** |  |  |  |  |
|  | 1 | Игра «Море волнуется». | 1 |  |  |  |  |
|  | 2 | Игра «А мы просо сеяли». | 1 |  |  |  |  |
|  | 3 | Игра «Охотники и утки». | 1 |  |  |  |  |
|  | 4 | Эстафета «Выше, быстрее, сильнее». | 1 | 1 |  |  |  |
|  | 5 | Игра «Жмурки». | 1 |  |  |  |  |
|  | 6 | Игра «Стаи рыбок». | 1 |  |  |  |  |
|  | 7 | Игра «Раки». | 1 |  |  |  |  |
|  | 8 | Игра «Тройка». | 1 |  |  |  |  |
|  | 9 | Эстафета «Мороз невелик, да стоять не велит» | 1 | 1 |  |  |  |
| II четверть |  | 10 | Игра «Смена мест». | 1 |  |  |  |  |
|  | 11 | Движение и жизнь. Подвижные игры на выбор. | 1 |  |  |  |  |
|  | 12 | Таджикские народная игра «Игра в лошадки». | 1 |  |  |  |  |
|  |  | **Игры народов Мира.** | **11 ч.** |  |  |  |  |
|  | 13 | Армянская народная игра «Крепость». | 1 |  |  |  |  |
|  | 14 | Грузинская народная игра «Мяч в кругу». | 1 |  |  |  |  |
|  | 15 | Азербайджанская народная игра «Изюминка». | 1 |  |  |  |  |
|  | 16 | Узбекская народная игра «Чай-чай». | 1 |  |  |  |  |
| II полугодие | III четверть |  | 17 | Армянская народная игра «Земля, вода, огонь». | 1 |  |  |  |  |
|  | 18 | Белорусская народная игра «Заяц-месяц». | 1 |  |  |  |  |
|  | 19 | Украинская народная игра «Перепёлочка». | 1 |  |  |  |  |
|  | 20 | День Здоровья «Зимние забавы» | 1 |  |  |  |  |
|  | 21 | Соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья» | 1 |  |  | 1 |  |
|  | 22 | Украинская народная игра «Шагомеры». | 1 |  |  |  |  |
|  | 23 | Движение и жизнь. Подвижные игры на выбор. | 1 |  |  |  |  |
|  |  | **Спортивные игры.** | **11 ч.** |  |  |  |  |
|  | 24 | Игра «Выручай-ка». | 1 |  |  |  |  |
|  | 25 | Игра «Красочки». | 1 |  |  |  |  |
|  | 26 | Игра «Кошки-мышки». | 1 |  |  |  |  |
| IV четверть |  | 27 | Малая спартакиада. | 1 |  | 1 |  |  |
|  | 28 | Малая спартакиада. | 1 |  | 1 |  |  |
|  | 29 | Военно-спортивная эстафета. | 1 | 1 |  |  |  |
|  | 30 | День Здоровья «В здоровом теле – здоровый дух» | 1 |  |  |  |  |
|  | 31 | Игра «Третий лишний». | 1 |  |  |  |  |
|  | 32 | Военизированная игра «Защита флага». | 1 |  |  |  |  |
|  | 33 | Игра на внимание: «Тише едешь - дальше будешь». | 1 |  |  |  |  |
|  | 34 | Малые олимпийские игры. | 1 |  | 1 |  |  |

**Тематическое планирование**

**3 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полугодие | Четверть | Примерные сроки | № занятия | Тема | Количество  часов по теме | **Практическая часть** | | | **Примечание** |
| **Спортивные**  **эстафеты** | **Спартакиада** | **Соревнования** |
| I полугодие | I четверть |  |  | **Русские народные игры.** | **12 ч.** |  |  |  |  |
|  | 1 | Игра «Змейка» | 1 |  |  |  |  |
|  | 2 | Игра «Петрушка на скамейке» | 1 |  |  |  |  |
|  | 3 | Игра «Через холодный ручей» | 1 |  |  |  |  |
|  | 4 | Эстафета «Делай с нами, делай как мы, делай лучше нас». | 1 | 1 |  |  |  |
|  | 5 | Игра «Филин и пташки». | 1 |  |  |  |  |
|  | 6 | Игра «Волк во рву». | 1 |  |  |  |  |
|  | 7 | Игра «Заколдованный замок». | 1 |  |  |  |  |
|  | 8 | Игра «Водяной». | 1 |  |  |  |  |
|  | 9 | Эстафета «Мороз невелик, да стоять не велит» | 1 | 1 |  |  |  |
| II четверть |  | 10 | Игра «Птицелов» | 1 |  |  |  |  |
|  | 11 | Игра «Мячик кверху» | 1 |  |  |  |  |
|  | 12 | Движение и жизнь. Подвижные игры на выбор. | 1 |  |  |  |  |
|  |  | **Игры народов Мира.** | **11 ч.** |  |  |  |  |
|  | 13 | Латвийская народная игра «Птица без гнезда». | 1 |  |  |  |  |
|  | 14 | Татарская народная игра «Бег по кочкам». | 1 |  |  |  |  |
|  | 15 | Татарская народная игра «Салки со снежками». | 1 |  |  |  |  |
|  | 16 | Игра-эстафета «Бег сороконожек». | 1 |  |  |  |  |
| I I пол  II полугодие  угодие | III четверть |  | 17 | Осетинская народная игра «Изюминка». | 1 |  |  |  |  |
|  | 18 | Эстонская народная игра «Чёрное и белое». | 1 |  |  |  |  |
|  | 19 | Белорусская народная игра «Снежком по мячу». | 1 |  |  |  |  |
|  | 20 | День Здоровья «Зимние забавы» | 1 |  |  |  |  |
|  | 21 | Соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья» | 1 |  |  | 1 |  |
|  | 22 | Украинская народная игра «Шагомеры». | 1 |  |  |  |  |
|  | 23 | Движение и жизнь. Подвижные игры на выбор. |  |  |  |  |  |
|  |  | **Спортивные игры.** | **11 ч.** |  |  |  |  |
|  | 24 | Игра «Бой петухов». | 1 |  |  |  |  |
|  | 25 | Игра «Совушка». | 1 |  |  |  |  |
|  | 26 | «Салки-догонялки» | 1 |  |  |  |  |
| IV четверть |  | 27 | Малая спартакиада. | 1 |  | 1 |  |  |
|  | 28 | Малая спартакиада. | 1 |  | 1 |  |  |
|  | 29 | Военно-спортивная эстафета. | 1 | 1 |  |  |  |
|  | 30 | Игра «Пройди бесшумно. | 1 |  |  |  |  |
|  | 31 | Игра «Становись — разойдись», | 1 |  |  |  |  |
|  | 32 | Военизированная игра «Защита флага». | 1 |  |  |  |  |
|  | 33 | Игра «Не урони мешочек» | 1 |  |  |  |  |
|  | 34 | Малые олимпийские игры. | 1 |  | 1 |  |  |

**Тематическое планирование**

**4 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полугодие | Четверть | Примерные сроки | № занятия | Тема | Количество  часов по теме | **Практическая часть** | | | **Примечание** |
| **Спортивные**  **эстафеты** | **Спартакиада** | **Соревнования** |
| I полугодие | I четверть |  |  | **Русские народные игры.** | **12 ч.** |  |  |  |  |
|  | 1 | Игра «Горелки», | 1 |  |  |  |  |
|  | 2 | Игра «Салки на болоте» | 1 |  |  |  |  |
|  | 3 | День Здоровья «Туристическими тропинками» | 1 |  |  |  |  |
|  | 4 | Эстафета «Выше, быстрее, сильнее». | 1 | 1 |  |  |  |
|  | 5 | Игра «Шишки – желуди – орехи», | 1 |  |  |  |  |
|  | 6 | Игра «Петушиный бой». | 1 |  |  |  |  |
|  | 7 | Игра «Тяни в круг». | 1 |  |  |  |  |
|  | 8 | Игра «Не зная броду, не суйся в воду». | 1 |  |  |  |  |
|  | 9 | Эстафета «Мороз невелик, да стоять не велит» | 1 | 1 |  |  |  |
| II четверть |  | 10 | Игра «Волк» | 1 |  |  |  |  |
|  | 11 | Игра «Краски» | 1 |  |  |  |  |
|  | 12 | Движение и жизнь. Подвижные игры на выбор. | 1 |  |  |  |  |
|  |  | **Игры народов Мира.** | **11 ч.** |  |  |  |  |
|  | 13 | Калмыцкая народная игра «Альчики» | 1 |  |  |  |  |
|  | 14 | Дагестанская народная игра «Палочка-стукалочка» | 1 |  |  |  |  |
|  | 15 | Башкирская народная игра «Медный пень» | 1 |  |  |  |  |
|  | 16 | Бурятская народная игра «Табун» | 1 |  |  |  |  |
| I I пол  II полугодие  угодие | III четверть |  | 17 | Кабардино-Балканская народная игра «Повелитель лунок» | 1 |  |  |  |  |
|  | 18 | Марийская народная игра «Биляши» | 1 |  |  |  |  |
|  | 19 | Татарская народная игра «Перехватчики» | 1 |  |  |  |  |
|  | 20 | День Здоровья «Зимние забавы» | 1 |  |  |  |  |
|  | 21 | Соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья» | 1 |  |  | 1 |  |
|  | 22 | Удмурдская народная игра «Водяной» | 1 |  |  |  |  |
|  | 23 | Движение и жизнь. Подвижные игры на выбор. | 1 |  |  |  |  |
|  |  | **Спортивные игры.** | **11 ч.** |  |  |  |  |
|  | 24 | Игра «Третий лишний | 1 |  |  |  |  |
|  | 25 | «Точно в мишень», | 1 |  |  |  |  |
|  | 26 | «Вызов номеров» | 1 |  |  |  |  |
| IV четверть |  | 27 | Малая спартакиада. | 1 |  | 1 |  |  |
|  | 28 | Малая спартакиада. | 1 |  | 1 |  |  |
|  | 29 | Военно-спортивная эстафета. | 1 | 1 |  |  |  |
|  | 30 | «Мяч соседу | 1 |  |  |  |  |
|  | 31 | Игра «12 палочек». | 1 |  |  |  |  |
|  | 32 | Военизированная игра «Защита флага». | 1 |  |  |  |  |
|  | 33 | «Защита укрепления | 1 |  |  |  |  |
|  | 34 | Малые олимпийские игры. | 1 |  | 1 |  |  |

**Перечень учебно-методических средств обучения**

*Литература для учителя*

1. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2012.- 205 с.
2. Бабкина, Н.В. О психологической службе в условиях учебно-воспитательного комплекса // Начальная школа – 2011 – № 12 – С. 3–6.
3. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2009 г. - / Мастерская учителя.
4. Дереклеева, Н.И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы / Под ред. И.С. Артюховой. – М.: ВАКО, 2010 г., - 167 с. (Педагогика. Психология. Управление.)
5. Захаров. А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2009. - 85 с.
6. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2012. – № 11. – С. 75–78.
7. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, 2008. – 124 c.
8. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2010 г. – / Мастерская учителя.
9. Невдахина, З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. - Вып. 3.- М.: Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2007. – 134 с.
10. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
11. Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2013. – 112 с.

## Интернет ресурсы

## Боровик Л. Л. Подвижные игры [Электронный ресурс]: программа для начальной школы. - Режим доступа: [larisaborovik.ucoz.ru](http://larisaborovik.ucoz.ru/).

## [Завуч.инфо - для начальной школы по курсу "Подвижные игры" [Электронный ресурс]:](http://www.zavuch.info/methodlib/62/49419/) методическая копилка. - Режим доступа: [zavuch.info](http://www.zavuch.info/).

## [Народные игры в начальной школе [Электронный ресурс]: методическая](http://sportbymike.ucoz.ru/load/metodicheskaja_kopilka/podvizhnye_igry/narodnye_igry_v_nachalnoj_shkole/11-1-0-13) копилка. - Режим доступа: [sportbymike.ucoz.ru](http://sportbymike.ucoz.ru/).

## Подвижные игры [Электронный ресурс]: урок в 4 классе. - Режим доступа: [sporttroeglazov.ucoz.ru](http://sporttroeglazov.ucoz.ru/).

## [Подвижные игры в начальной школе](http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/podvizhnye-igry-v-nachalnoy-shkole) [Электронный ресурс]: материал по физкультуре. - Режим доступа: [nsportal.ru](http://nsportal.ru/).

1. Подвижные игры в начальной школе [Электронный ресурс]: подвижная игра «Охотники и утки». - Режим доступа: [sch937.edusite.ru](http://sch937.edusite.ru/).

## Подвижные игры [Электронный ресурс]: программа по внеурочной деятельности в начальной школе. -  Режим доступа: [lib2.podelise.ru](http://lib2.podelise.ru/)›[docs/77.442-5.html](http://lib2.podelise.ru/docs/77/index-47442-5.html).

## [Подвижные игры  и физминутки в начальной школе [Электронный ресурс]: методическое](http://www.school2100.ru/izdaniya/books/10_2_el_umk_fizra_3-4k_vneur.html) пособие. - Режим доступа: [school2100.ru](http://www.school2100.ru/).

## [Подвижные игры при изучении метания в начальной школе](http://fizkultura-na5.ru/legkaya-otletika/podvizhnye-igry-pri-izuchenii-metaniya-v-nachalnoj-shkole.html) [Электронный ресурс]: возрастные особенности младших школьников на уроках физической культуры. - Режим доступа: [fizkultura-na5.ru](http://fizkultura-na5.ru/).

## Праздник Веселых подвижных игр [Электронный ресурс]: игры в начальной школе. - Режим доступа: [schzg1353.mskobr.ru](http://schzg1353.mskobr.ru/).

**Приложение**

**Гуси – лебеди (русская народная игра)**

Участники игры выбирают волка и хозяина, остальные гуси – лебеди. На одной стороне площадки чертят дом, где живут хозяин и гуси, на другой – живёт волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять, зелёной травки пощипать. Гуси уходят от дома довольно далеко. Через некоторое время хозяин зовёт гусей. Идёт перекличка между хозяином и гусями:

- Гуси – гуси!

- Га – га – га.

- Есть хотите?

- Да – да – да.

- Гуси – лебеди! Домой!

- Серый волк под горой!

- Что он там делает?

- Рябчиков щиплет.

- Не пускает нас домой!

- Ну, летите, как хотите,

- Только крылья берегите!

Гуси бегут домой, волк пытается их поймать. Пойманные выбывают из игры. Игра заканчивается, когда все гуси пойманы. Последний оставшийся гусь, становится волком.

**У медведя во бору (русская народная игра)**

Медведь, выбранный по считалочке, живёт в лесу. Дети идут в лес за грибами, ягодами и напевают песенку:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру!

А медведь не спит

И на нас глядит!

Когда играющие произнесли последние слова, медведь неожиданно бежит за играющими и старается кого-то поймать. Пойманный игрок становится медведем.

**Краски** **(русская народная игра)**

Участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки – краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо его называет хозяину. Когда краски выбрали себе цвет и сказали хозяину, он приглашает одного из покупателей. Покупатель стучит:

Тук, тук!

- Кто там?

- Покупатель.

- Зачем пришёл?

- За краской.

- За какой?

- За голубой.

Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки, поноси, да назад принеси» или «скачи на одной ножке по голубой дорожке». Если покупатель угадал цвет краски, то забирает себе. Идёт второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. По очереди разбирают краски. Выигрывает тот покупатель, который набрал больше красок. Он становится хозяином красок.

**Пятнашки** **(подвижная русская народная игра)**

Игры в пятнашки происходят либо в просторной комнате, либо на воздухе, где дети собираются в каком угодно количестве, начиная с 4—5 и кончая 25-и более.  
Собравшись, дети из своей среды выбирают одного, и дают ему прозвище пятнашки; роль его состоит в том, что он внимательно следит за бегущими по разным направления детьми и старается во что бы то ни стало поймать одного и запятнать его, т. е. коснуться рукой.  
Пойманный задерживается таким образом и превращается в «пятнашку»" при этом его имя произносится во всеуслышание для того, чтобы товарищи знали, кого им следует остерегаться.  
Лишь только он, в свою очередь, поймает кого-нибудь из участников, то немедленно перёдает ему свою роль, переходя сам в группу детей, спасающихся бегством.  
Игры в пятнашки основаны, главным образом, на движении; их можно однако разнообразить, вводя различные элементы, например метание мяча и тому подобное.

**Пятнашки с передачей**

Дети собираются в каком-нибудь просторном месте, избирают среди участников так называемую «пятнашку» и бросаются бежать.  
Пятнашка по-прежнему стремится поймать жертву, последняя — и в этом состоит отличие этой игры от предыдущей — в свою очередь спешит ответить первому пятнашке, бросающемуся быстро в бегство, тем же.

**Пятнашки с мячом**

Кроме бега, существенным элементом этой игры является метанье мячом. Дети по предыдущему распределяют между собой роли, причем большинство обращается в бегство, а один из их среды, получивши прозвище пятнашки, снабжается еще мячом большей или меньшей величины.  
В то время, как дети бегают по разным направлениям, пятнашка намечает себе жертву и старается во что бы то ни стало настигнуть ее, запятнав прикосновением мяча.  
Потерпевший меняется с ним ролью, и игра продолжается до тех пор, пока у детей хватит охоты и они не устанут и не потеряют интереса к начатой игре.

**Иголка, нитка и узелок (бурятская народная игра)**

Играющие становятся в круг, держась за руки. Считалкой выбирают иголку, нитку и узелок. Все они **друг** за другом то забегают в круг, то выбегают из него. Если же нитка или **узелок** оторвались (отстали или неправильно выбежали за иголкой из круга или вбежали в круг), то эта группа считается проигравшей. Выбираются другие игроки. Выигрывает та тройка, которая двигалась быстро, ловко, правильно, не отставая **друг** от друга. Правила игры. Иголка, нитка, **узелок** держатся за руки. Их надо не задерживая впускать и выпускать из круга и сразу же закрывать круг.

**Выбей из круга (дагестанская народная игра)**

Чертят круг диаметром 30 см. На расстоянии 3 - 4 м от него проводят линию. Играют пять-шесть детей. У каждого игрока имеется плоский камень диаметром 5 см и двадцать маленьких камешков (или косточек). Каждый игрок кладет в круг определенное количество камешков (от двух до пяти - по договору играющих). С помощью считалки определяют, кому начинать игру. Тот, кого выбрали, бросает свой плоский камень в круг, стараясь попасть в кучу маленьких камешков. В случае промаха камень остается лежать на месте. Если никто не попадет в круг, то тот игрок, чей камень находится ближе к кругу, должен разбить кучу камешков, бросив в круг свой плоский камень с того места, где он лежит. За ним бросает следующий, у кого лежит камень ближе к кругу.

Итак, каждый бросает свой плоский камень в круг до тех пор, пока не будут выбиты все камешки. Выигрывает тот, кто выбьет из круга наибольшее количество камешков.

*Правила игры*. Бросать камень надо только от линии или от того места, куда он упал. Если у двоих игроков камень упадет на одинаковом расстоянии от круга, игру начинают заново.

**Салки (мордовская народная игра)**

Один из играющих — водящий, ему ловить. Остальные разбегаются. Кого осалит (дотронется ладонью) водящий, тот присоединяется к нему и ловит остальных вместе с ним. Изловив третьего, они ловят четвёртого, пятого и т.д., пока не переловят всех. Когда все пойманы, игра начинается снова.

Существует другой, бесконечный вариант игры: тот, кого осалит водящий, сам становится водящим, а водящий, наоборот, становится простым игроком. Иногда по согласованию игроков вводится дополнительное правило: водящий не имеет права осаливать того, кто до этого осалил его самого.

**Круговые салочки**

На снегу чертится большой круг (летом тоже можно играть в эту игру, круг будет начерчен на земле). Играющие становятся по кругу. По сигналу все бегут по кругу друг за другом. Если кто-то кого-то догонит и осалит, тот выходит из игры. Неожиданно дается громкий сигнал. При этом все должны повернуться и бежать в противоположную сторону, стараясь осалить бегущего впереди. Выигрывают те, кого не смогли осалить.

**Перекрестные салочки**

Игрок может избавиться от преследования водящего, если какой-нибудь другой игрок пробежит между ним и водящим. В этом случае водящий должен бегать за игроком, пересёкшим его путь.

**Цепные салочки**

Отличаются от обычных салочек тем, что игрок, которого осалили, берет за руку водящего и так бегает за другими игроками. Следующий осаленный берет за руку кого-то из этой пары и так далее. Составляется длинная цепь водящих, которая может окружать убегающих. Если на бегу цепь разрывается, то водит кто-то из тех игроков, которые расцепили руки. Кто из двух — решают по жребию (например, «[камень, ножницы, бумага](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%8C,_%D0%BD%D0%BE%D0%B6%D0%BD%D0%B8%D1%86%D1%8B,_%D0%B1%D1%83%D0%BC%D0%B0%D0%B3%D0%B0)»).

**Борьба за флажки** **(осетинская народная игра)**

В игре участвуют две команды. Количество участников может быть любым, но равным в обеих командах. У каждой команды имеется флажок, который устанавливается на видном месте и охраняется одним из игроков. Остальные члены команды делятся на защитников и нападающих. Цель игры – завладеть флажком противника, сохранив свой. В процессе игры разрешается передавать флажок другому играющему, убегать с флажком.

**Правила игры**. Начинать игру надо по сигналу; в борьбе за флажок нельзя допускать грубых действий.

**Займи место** **(татарские народные игры)**

Одного из участников игры выбирают водящим, а остальные играющие образуют круг, ходят взявшись за руки. Водящий идет за кругом в противоположную сторону и говорит:

Как сорока стрекочу,

Никого в дом не пущу.

Как гусыня гогочу,

Тебя хлопну по плечу-

Беги!

Сказав «беги», водящий слегка ударяет по спине одного из игроков, круг останавливается, а тот, кого ударили, устремляется со своего места по кругу навстречу водящему. Обежавший круг раньше занимает свободное место, а оставшийся становится водящим.

*Правила:*1. Круг должен сразу остановиться при слове «беги». 2. Бежать разрешается только по кругу, не пресекая его. 3. Во время бега нельзя касаться стоящих игроков.

**Ловишки (татарские народные игры)**

По сигналу все играющие разбегаются по площадке. Водящий старается запятнать любого из игроков. Каждый, кого он поймает, становится его помощником. Взявшись за руки вдвоем, затем втроем, вчетвером и т.д., они ловят бегающих, пока не поймают всех.

*Правила:*1. Пойманным считается тот, кого водящий коснулся рукой. 2.Пойманные, ловят всех остальных, только взявшись за руки.

**Колдун (украинская народная игра)**

Перед началом игры выбирают колдуна. Для этого один из игроков вытягивает перед собой правую руку ладонью вниз, остальные подставляют под нее по одному указательному пальцу. По команде «Раз, два, три!» или по окончании считалки все отдергивают пальцы, а игроку с вытянутой рукой необходимо захватить чей-нибудь палец. Тот, чей палец будет таким образом захвачен трижды, становится колдуном.

Все разбегаются, а колдун пытается догнать кого-нибудь и дотронуться рукой. Пойманный замирает, разведя руки в стороны. Расколдовать его могут другие игроки, дотронувшись до него рукой. Однако колдун следит за своей жертвой, и как только кто-либо снимает чары, то он старается повторным ударом снова напустить их. Кроме того, он пытается заколдовать и тех, кто отваживается выручить товарища.

Правила игры. Заколдованный игрок остается на месте. Заколдованный трижды сам становится колдуном, а его предшественник присоединяется к убегающим.

**Охотники и утки (Белорусская народная игра )**

Играющие делятся на две команды с одинаковым количеством участников. Одна команда —утки, другая — охотники. Охотники образуют внешний большой круг и очерчивают его. Утки очерчивают внутренний малый круг на расстоянии 2,5—3 м от круга охотников. По сигналу охотники стреляют в уток — стараются попасть в них мячом. Когда все утки пойманы, команды меняются.

Правила игры. Охотникам и уткам нельзя выходить из очерченных кругов. Осаленный мячом, выходит из игры. Если играют несколько команд, выигрывает та команда, которая быстрее переловит уток.

**Море волнуется (эстонская народная игра)**

Играющие сидят на стульях, поставленных по кругу. Капитан присваивает каждому иг- рающему название какого-либо предмета из корабельной обстановки.

Затем он начинает двигаться по внешнему кругу за спинами сидящих и рассказывать о плавании на корабле, называя при этом предметы,   необходимые   для   морского   плавания.

Все названные капитаном «предметы» встают, выстраиваются друг за другом, следуя за ве дущим. Когда встали все игроки, капитан вы крикивает:- «Море волнуется!» Дети начинают двигаться, изображая волны. Команда капитана «Море, утихни!» служит сигналом к тому, что нужно как можно скорее занять места на стульях. Оставшийся без стула становится новым капитаном.

Правила игры. Строиться за капитаном нужно в порядке названных предметов. Занимать места можно только по сигналу. Садиться разрешается на любой свободный стул.

**Догони меня (латышская народная игра)**

В центре площадки чертят две линии на расстоянии 3 м одна от другой. С двух сторон от них чертят на расстоянии 10 м еще по одной линии — это дома.

Играющие делятся на две равные команды и встают друг против друга за центральными линиями. По жребию одна из команд начинает игру. Игроки этой команды на одной ноге стараются допрыгать до своего дома, а соперники также на одной ноге догоняют их. За каждого осаленного игрока команда получает 1 очко. На своей центральной линии каждая команда выкладывает столько камешков, сколько она запятнала убегающих, т. е. сколько набрала очков. Когда игра закончена, все возвращаются к центральным линиям. При повторении игры дети меняются ролями. Побеждает команда, первой набравшая услов- ное количество очков.

Правила игры. Салить можно только игроков прыгающих на одной ноге; если игрок встал на две ноги, он выбывает из игры. По ходу игры дети могут поменять ногу. Добежавших до дома   салить нельзя.

**Игра в лошадки (таджикская народная игра)**

Игра является подражанием взрослым в скачке на лошадях. Для игры нужны палки (лошадки).

Игроки становятся в одну шеренгу у линии старта, которая чертится на одной стороне площадки. На другой стороне площадки на расстоянии 15—20 м от линии старта чертится линия финиша. По сигналу игроки садятся на своих лошадок верхом. Левой рукой держатся за передний конец палки, а в правой держат веревочку (кнут). Игроки, произносят «чу», бегут к линии финиша.

 Правила игры. Без команды нельзя начинать игру. Во время бега надо стараться не мешать друг другу. На стартовую линию дети возвращаются после объявления результатов скачки. Для старших дошкольников расстояние   может  быть  увеличено  до  30 м.

**Крепость (армянская народная игра)**

Игроки делятся на две команды. Считалкой определяют, какая из команд будет наступать, а какая защищать крепость. По сигналу защитники окружают крепость на расстоянии 1-2 метра от круга, который изображает крепость, защищают её. Нападающие с разных концов стараются попасть внутрь круга (крепость). Крепость считается завоёванной, если кто-нибудь из игроков войдёт в крепость, внутрь круга.

Правила игры. Нападающим защитают очко, если они завоюют крепость. Если всех нападающих поймают защитники, то очко защитывают защитникам. Выигрывает команда, набравшая пять очков.

**Цепи кованные (детская подвижная игра)**.

Количество игроков от 6 человек и более. Для игры требуется ровная площадка размером примерно 10х20 метров.

Игроки должны разделиться на две команды. На ровной площадке игроки команд встают напротив друг друга (лицом к лицу) и берутся за руки, образуя цепь. Расстояние между командами 7 - 10 метров. Игроки первой команды кричат:

-Цепи, цепи кованные, разбейте нас.

Игроки второй команды спрашивают:

-Кем из нас?   
Первая команда называет игрока, который, разбежавшись, должен разбить цепь. Если названному игроку удается разбить цепь противника, он забирает одного игрока по месту разрыва цепи. Если разорвать цепь не удалось, разбивающий игрок становиться "звеном" противоположной команды.  
Команды меняются ролями. Игроки второй команды кричат:

-Цепи, цепи кованные, разбейте нас. И так далее. Проигрывает та команда, в которой остается один игрок.

**Казаки-разбойники**

В казаки-разбойники играют от шести и более человек. Участники оговаривают территорию, на которой будет проходить игра. Разделившись на две команды, они по жребию определяют, кто будет играть за казаков, а кто за разбойников.

Разбойники совещаются и загадывают пароль.

По сигналу разбойники убегают прятаться казаки не должны подглядывать. Путь передвижения обозначается с помощью стрелок на асфальте и других поверхностях (стенах, заборах), чтобы у казаков были подсказки, где искать. Чаще всего вначале команда бежит вместе, затем разделяется, чтобы запутать соперников. Чем быстрее разбойники убегают и чем запутаннее рисуют стрелочки, тем у них больше шансов надёжно спрятаться.

Через оговоренный промежуток времени (обычно 15-20 минут) казаки отправляются искать разбойников. Найденного разбойника ловят и отводят в «темницу». Некоторые источники утверждают, что казак, поймавший разбойника, остаётся в темнице, сторожить его. В других говорится о страже (1-2 человека), которая постоянно следит за разбойниками в темнице, а казаки могут бежать ловить остальных.

Разбойники могут выручать друг друга - например, "нападать" на темницу, хватать охранника, и пока они его держат, пленные могли разбегаться. Цель казаков выведать секретное слово-пароль. Потом меняются ролями.