Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

лицей № 486

Выборгского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
МО учителей начальных классов	Педагогический совет	Директор
		_____ Васильева Ю.В.
Протокол № 1 от «28» 08 2026 г.	Протокол № 1 от «31» 08 2026 г.	Приказ № 61 от «31» 08 2026 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 70A42BA7FAD459CE4376C3C754C19C1E
Владелец: Васильева Юлия Владимировна
Действителен: с 29.09.2026 до 23.12.2027

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности

«Игры народов России»

для обучающихся возраста:

8 – 9 лет

на 2026-2027 уч.г.

Составители программы:
учителя начальных классов
Гореликова А.Ю.
Гусева Н.В.
Скороплетова Л.Р.
Федотова Е.О.

Санкт-Петербург

2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности **«Игры народов России»** разработана в соответствии с федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования и федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности «Игры народов России» реализуется в рамках *направлений «Спортивно-оздоровительная деятельность», «Коммуникативная деятельность»*.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей.

Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьёвками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор. В связи с этим и разработана программа «Игры народов России».

Реализация программы осуществляется посредством двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание, мышление, творческая самостоятельность.

Актуальность программы обусловлена потребностью общества в формировании, сохранении и укреплении здоровья младших школьников и может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе.

Характерная особенность и ***новизна*** программы - комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Цели и задачи

Цель программы: знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России; создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха; удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи:

- ✓ укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств;
- ✓ развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- ✓ развитие сообразительности, творческого воображения;
- ✓ развитие коммуникативных умений;
- ✓ воспитание внимания, культуры поведения;
- ✓ создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения учащихся к себе;
- ✓ обучить умению работать индивидуально и в группе,
- ✓ развить природные задатки и способности детей;
- ✓ развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- ✓ развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

Место курса в образовательном процессе

Программа предназначена для обучающихся в возрасте 8 – 9 лет. Набор обучения в группы проводится в начале сентября на добровольной основе. Занятия проводятся в группах без специального отбора и подготовки, не имеющие ограничений по здоровью.

Сроки реализации программы, объём часов: один учебный год, 34 учебные недели, 1 раз в неделю. Продолжительность занятия 40 минут.

В 2026-2027 уч.г. программа ориентирована на обучающихся 2 класса лицея.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Игры народов России» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание,

память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование темы/раздела	Количество часов
1	Русские народные игры	19
2	Эстафеты	8
3	Игры народов России	7
	Всего часов:	**34 часа**

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Личностными результатами являются следующие умения:

Оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

Выражать свои эмоции;

Понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД)

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;

- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения

Предметные результаты

Обучающийся узнает:

- Названия народных игр разных регионов России;
- Правила каждой игры и особенности её проведения:
- Какие элементы национальных традиций, быта или природы отражены в тех или иных играх;
- Правила безопасного поведения во время подвижных игр (как организовать пространство, как обращаться с инвентарём, чтобы не травмировать себя и других).

Обучающийся научится:

- Практически выполнять основные игровые действия: бегать, прыгать, метать, ловить, увертываться.
- Соблюдать правила игры в процессе деятельности.
- В доступной форме объяснять правила игры сверстникам.
- Анализировать игру: замечать ошибки (свои или товарищей) и предлагать способы их исправления.
- Организовывать и проводить игры со сверстниками, в том числе брать на себя роль ведущего или судьи.
- Планировать включение игр в свой досуг или режим дня.
- Бережно обращаться с инвентарём и соблюдать требования техники безопасности.

Ресурсы обеспечения реализации программы

1. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя
начальной школы».
2. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 1-4 классы
3. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель, 2007

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ_2 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные(цифровые) ресурсы
1	Русская народная игра «Жмурки»	1	Знакомство с игрой: правила, действия участников, роль водящего (жмурка) выбирают с помощью считалки), варианты проведения. История и бытовое значение игры в русской культуре.	Разучивание правил, распределение ролей. Обсуждение тактики и этикета взаимодействия.	https://silakova-ds66-schel.edumsko.ru/articles/post/3064879
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	Правила игры, деление на команды («коты» и «мыши»), роль участников, ограничения	Отработка старта и перебежек, анализ ошибок.	https://kopilkaurokov.ru/nachalniyeKlassi/meropriyatia/igry_na_peremene_dlia_nachalnykh_klassov
3	Русская народная игра «Горелки»	1	Суть игры («ляпка» — водящий), варианты правил для разных возрастов. Развитие реакции и пространственной ориентации.	Игра в кругу, смена водящего, усложнение (ограничение пространства, запрет касания определённых предметов).	https://silakova-ds66-schel.edumsko.ru/articles/post/3064879 https://multiurok.ru/files/podvizhnye-igry-russkie-narodnye-igry-salki-gorelk.html?ysclid=mvrvz3q74d350073675
4	Русская народная игра «Салки»	1	Варианты «салок»: обычные, с «домиком», с ограничением. Развитие скорости и тактики.	Разучивание обеих игр, сравнение по сложности и типу нагрузки.	https://multiurok.ru/files/podvizhnye-igry-russkie-narodnye-igry-salki-gorelk.html?ysclid=mvrvz3q74d350073675
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1	Особенности народной игры Пензенской области. Правила: роль водящего, варианты игры.	Тренировка наблюдательности и координации. Игра в разных условиях (на площадке, в зале). Обсуждение тактики игры.	https://schoolnl2.ru/wp-content/uploads/2021/11/РУССКАЯ-НАРОДНАЯ-ИГРА-«ПЯТНАШКИ»-1.pdf

6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	Роли «охотников» и «зайцев», варианты правил. Координация и реакция.	Игра по ролям, анализ тактики. Мини-соревнования.	https://www.google.com/goto?url=CAESawHrOzAVs-Vjpd6M2xCUy8xu0uJjx7B0XfR0dDO5imzu2ctQRhLvUXS_LyxYN2Jsswz-Aq4clsDYUmgSdFqXZq3s0MQL7im5-8RviLhHJbVTACCd4COk7mP2sIsNL3Yr8M-RGF-nJRrPRvj7
7	Русская народная игра «Фанты»	1	Правила «фантов», варианты заданий. Развитие креативности и коммуникации.	Проведение игры, обсуждение заданий. Творческие мини-задания.	https://www.google.com/goto?url=CAESaAHrOzAVZzM8kpuXkte3nMToouUR-ejkwiwqE4B5rdsO3HgvfhfoymJiXAIEuOl549XJBHg11Sk9Lp9bYmRVXKrpF6vGe4uMqzWE4pqkWCW4fcXL_d8E3m4yI8x-KK51POIJNx_gg27j
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	Механика «ловушек», техника приседаний, безопасность. Тактика уклонения.	Отработка приседаний, игра с ловушками. Анализ ошибок	https://www.google.com/goto?url=CAESXAHrOzAVdGqHzYqObludTtAKDC6gMnMYE4TsJQ7mD2o-4IeU1gAuGI_a8gFHYoBtYrzR4U8dXj4IJ47X6kwz989xBU1e_dqf9fk4fJatPCXE3UvCbFW8QwzCUhbW
9	Русская народная игра «Волк»	1	Роли «волка» и «овец», варианты правил. Координация и реакция.	Игра по ролям, анализ тактики. Мини-соревнования.	https://дет-сад166.рф/wp-content/uploads/2021/03/картотека-народных-игр.pdf
10	Русская народная игра «Птицелов»	1	Роли «птицелова» и «птиц», варианты правил. Развитие слуха и ориентации.	Пробная игра, усложнение (разные звуки, зоны). Обсуждение стратегий.	https://www.google.com/goto?url=CAESpwEB6zswFfXqM6Nn2bdeBqjNqSVkM781KoTWAXSKKLsSnhB0Pb4rBd7gO_2QctpU3T4Y__zoMEOkKnGFpff6DLRGsb6CcJ588FL1hk5AxRe3JQFqzz7LaNxeWDB4_p3Kq0NqjfdLUoWgq6okvelb2Gk5xReUK-

					5zHDqDebgke7gW6zcQ1jgyPcF3hq698MJUu8PZlfWnhQshMnmInA3gxdmOIT56kKorvA
11	Подвижная игра «Совушка»	1	Познавательные минутки «Почему совы охотятся на мышей», «Может ли сова видеть ночью», «Видит ли сова днем». Провести беседу «Сова в сказках»	Развивает внимание, быстроту реакции, умение действовать по сигналу и сохранять неподвижную позу	https://www.art-talant.org/publikacii/34801-podvighnaya-igrasovushka
12	Подвижная игра «Мышеловка»	1	Деление на две неравные группы. Треть играющих образует круг – мышеловку. Остальные – мыши	Дети учатся согласовывать свои действия и соблюдать	https://ds214-krasnodar-r03.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/userfiles/fk1.pdf
13	Подвижная игра «Пустое место»	1	Веселая, подвижная игра для школьников, отработка правил	Тренировка в быстром беге, ловкости, развитие умений ориентироваться в пространстве. Воспитание дружеского отношения друг к другу, выдержки, внимания.	https://korytko-ozds15.edumsko.ru/folders/post/3760817
14	Подвижная игра «Карусель»	1	Отрабатываются умения выполнять движения в соответствии с произносимым вслух текстом:	Развивает у детей равновесие в движении, навык бега, повышать эмоциональный тонус.	https://www.prodlenka.org/stati-obr/blog-uchitelja/19965-igra-karysel
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1	Выбирается водящий считалкой, отработка правил игры. Оборудование: Палочка для очерчивания линий или мел	Отлично развивает быстроту реакции, ловкость и умение действовать по сигналу.	https://old.doshkolka.rybakovfond.ru/kto_bistree?ysclid=mvryhpabpj690905779
16	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1	Правила игры, соблюдение правил безопасности, знакомство с лошадями и манерой их передвижения.	Игра развивает зрительную память, внимание, находчивость, ориентацию в пространстве, решительность.	https://www.livelib.ru/book/361310/readpart-letnie-podvizhnyeigry-dlya-detej-artem-yurevich-patrikeev/~30 https://ped-kopilka.ru/blogs/marina-sergevna-grachva/podvizhnye-igry-dlja-detei-nachalgyh-klasov.html

17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1	Весёлая игра, которая помогает детям развивать ловкость, быстроту реакции и умение действовать по сигналу. Распределение ролей: «водящий» – цапля, остальные – лягушата	Упражнение детей в прыжках, беге врассыпную и умении действовать по сигналу	В приложении
18	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1	Правила игры, распределение ролей, умение договариваться	Развивает быстроту реакции, мышление, ловкость, умение играть в коллективе.	https://old.doshkolka.rybakovfond.ru/karliki_i_velikany?ysclid=mvrz22ctji421755967
19	Эстафета «Передача мяча»	1	Разные виды передач и бросков, варианты усложнения (препятствия, цели).	Отработка передач, командные мини-игры. Тренировка внимания и самоконтроля.	https://studfile.net/preview/10884564/page:4/
20	Эстафета с мячом	1	Передача мяча разными способами, точность и скорость. Варианты: ведение, броски, ловля.	Тренировка передач, командные эстафеты. Анализ ошибок.	https://www.google.com/goto?url=CAESeQHrOzAVJvmKMJ654VzIGPMrrgLFi12HfNNm2vhurCwjtEhD_6DVtGLjEziPeUGypLtTPZYE0vHMecBNuw5fNlL1NGU9YskO2nIoEEGP8iWVxLQl8SwA5qf2ec3wplYmwNoy5pBavn0yX0K4-bHQB5W2t9YjhL7dYiY
21	Эстафета зверей	1	Правила эстафеты, распределение номеров, командная координация. Техника старта и передачи.	Отработка стартов и передачи, командные забеги. Анализ ошибок.	https://multiurok.ru/files/sportivnoie-mieropriiatiie-zvierinyie-estafiety-dl.html?ysclid=mvrz6d1b58915342962
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	Комбинированная эстафета: бег, прыжки, лазание, переноска предметов. Развитие общей выносливости.	Прохождение дистанции, анализ техники. Командные соревнования.	https://www.google.com/goto?url=CAESngEB6zswFccaH0S3kx_RJuEd3XEAKY9_FJcXYBpHzRIlvgvYMyYvLMHHas0gnTY74fV8Tg-s4rAvmN56SmNpxyVWV084O6UOg24wQDWB8q4BO_ZnariRyUvMOr248AYUqbe4ppXN8kKPmM

					LmPwILuTAOzkLYIixw0wMGSKX86-Hh0q0579cH30PdsYHG761ehAusVpDpcjOLHTfsvskYsQ
23	Эстафета «Вызов номеров»	1	Правила эстафеты, распределение номеров, командная координация. Техника старта и передачи.	Отработка стартов и передачи, командные забеги. Анализ ошибок.	https://www.google.com/goto?url=CAESigEB6zswFTnyUUrvolX6yN4BGV7i87rTDbs2lPTqVWnsnb8abQr4omzZJtPL5WXzqNMZuQ4owXbzP5YgxV8sNF4mH7iPWuklPXLgG8fxONSqsBmt9vt5DuAwIFGtgpBFsWHeJtPpUpwLi480pHuncy2X5gkQUeXeSNxwWFb7lcAHIIrLK3LP5TRmsF4
24	Эстафета по кругу	1	Техника бега по кругу, передача эстафеты, командная слаженность. Варианты усложнения.	Тренировка бега, передача в движении. Мини-соревнования между командами	https://www.google.com/goto?url=CAESaAHrOzAVMcWcabJ_nWRFs-g6AkhQouSbQymx5tluidpUTFEK4x10iajpsl-F9JfAV-yfEHeblVrCJOwT2Of_EeQTGFHpJTAi7qr36TYa8DKc5K0f9aD3idgGmP-aiUUsfPSWHO59-ift
25	Эстафета с обручем	1	Техника работы с обручем, передача, координация. Варианты: прокатывание, прыжки, перенос.	Отработка движений, командные эстафеты. Анализ техники.	https://www.google.com/goto?url=CAESkAEB6zswFWMoOZ6GjgmIXAKtxhVMhIhTCv7F1CeOYOugFSDTYhbDoMhT4ZUNk8Te7RVLSHeZ-cdl5flPwV04Bqr19zyO3uUeaKAq89y0TSwFS9osUrCgDiw0W6rCwhPXH0S8YWbt3daFfftYOEFgwF-gTboJYdJGB9000FeqqpL99R4rDDqsHQWHgDn2cikeYxk
26	Эстафета со скакалкой	1	Интеграция ПДД в эстафету: знаки, сигналы, безопасное по-	Выполнение заданий, обсуждение ситуаций. Мини-викторина в рамках эстафеты.	

			ведение. Игровые задания на знание правил.		
27	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1	Правила игры, роль «горящего», варианты усложнения. Символика и связь с календарными обрядами.	Отработка старта и перебежек, работа в парах, анализ ошибок. Мини-соревнование на скорость и слаженность	https://www.google.com/goto?url=CAESfQHrOzAVF7V3mXEuoBDWuYxSgFclbWm_3Y8Z6I6s0NA3Y3gEi1_uuY4h-6TnMNkrMSeaRTauWVvYc3MquIHH5NWlhlY0l1GypkO151AhOcZJPzWqud7ifrEqDPmrYcM5WBczSUGXne7DRBuWGx9Q0VI6XqZBTeUCGZDPUqif
28	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	Краткий этнокультурный обзор Башкортостана. Правила обеих игр: «Юрта» — командная, «Медный пень» — на ловкость и быстроту.	Пробная игра, усложнение (зоны, ограничения). Командные варианты.	https://www.google.com/goto?url=CAESsQEB6zswFdYXHHfvXZH-4prMJ-n_MNRMa2uwL5ytxEFMD_y5HpSMMARIzVIbq5IQ6EvnlMRkjE-_oNQZFdHMiXq7U8qEBr7VDbZzR5hr5cxLPrYsVl1umgX1pHi_2e2YWXVLH_tvpT7hFH-2u5xJwooFfnfjBDpAA454NxifUApzGRPvgzSYEjQSlIhLWeao1tMpnvv4Els-_5yf5Px0eNtRQOlxoMvft2-mT8nQsIF0SlI
29	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	Особенности бурятской игровой культуры. Правила: поиск палочки, роль водящего, варианты ограничений.	Тренировка наблюдательности и координации. Игра в разных условиях (на площадке, в зале). Обсуждение тактик поиска.	https://www.google.com/goto?url=CAESlAEB6zswFUKCyj4VjESE0qYEqiXgeF8yiF2Sl5RwSQM26eznH1JEjnxTaXTan3HllAdwFF0Lw6clLcsJQbdBtnkB20SjfMfHWQtUwI15etkb0NKGNtklatw5ylhq9JaSSjc7DZybd1BK6wkRL8BEyPVWpe1qzEu5tkHDD4GQ_TTGtZNtVy6_YbVFQJgwB1enmyNlW2LG

30	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	Этнокультурный контекст Дагестана. Правила: «Выбей из круга» — на меткость и силу, «Подними платок» — на скорость и реакцию.	Отработка бросков и стартов, командные эстафеты. Анализ ошибок и корректировка техники.	https://www.google.com/goto?url=CAESawHrOzAVjrZJHvjNppiJVxGrHdymGf9lpAD4rf7tuXDyq1tcFsWvfcR5Pbs55SWbNPDxFo5D3tYqYSzvHk00smtkQqXVNWnJZH2TKoNmY9TAii561aZuJuL-DEOPh-HkSNI2I1gkOEo-d6oq
31	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	Марийские традиции. Правила катания мяча, варианты усложнения (препятствия, цели).	Тренировка точности и силы, мини-эстафеты с мячом. Обсуждение траекторий и углов.	https://www.google.com/goto?url=CAESaQHrOzAVRSzZA_noL6SSimvnPgFt8OYFqZIHvuTcsWP617aLEvHlyxsohx3JIByw7XFlWcaxX9IlIYHZUHkj6zS9UnudWp5QTGd8CbgkCLREg713C1N59tB_InZkzja-DZSpnBb-8Pr8Qg
32	Татарская народная игра «Серый волк»	1	Татарская игровая культура. Правила: роли «волка», «зайцев», варианты ограничений.	Пробная игра, анализ тактики «волка» и «зайцев». Командные соревнования	https://www.google.com/goto?url=CAESbwHrOzAVp7C2VsFmBxmJHv8b7Cg1uAGVZxa9nP5TzbQ9ALKGN_mpg4wRCl5D65n92DszcdC0GtXFoTZ-0_Ztl-yC88e2X3c9jnSCGV9CDioP7j2Rocd5v_RVLjJLJWY49XE2XpANRykdvFupupCvcw
33	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	Якутская игровая традиция. «Сокол и лиса» — тактика и скорость, «Пятнашки» — адаптация под северные условия.	Игра по ролям, усложнение (ограничения по пространству, смена ролей). Сравнение тактик.	https://www.google.com/goto?url=CAESmQEB6zswFeLTyjsm_4Z8wkWxPvW5x2TIm5fqLpjmsHc5_OwRzvPjCVBfbMzyrqSmD9BUjHunTPBgJO_mpxF_BwIIBJWE7v7UNHSZb6xdu-F9WjYo8C0CMtA720ZaGG5EtaFmBquzDVaVB7GHEE_-w44BSZyeUlia1E26i6E551a4nlcFvAke7K2n_0Rg-

					SMowlPYgYjWtHBS4x4
34	Чувашская игра «Рыбки»	1	Чувашская игровая традиция. Правила: «рыбки», «рыбаки», варианты усложнения.	Игра в группах, анализ тактик «рыбок» и «рыбаков». Мини-соревнования.	https://www.google.com/goto?url=CAESlQEB6zswFZGJ4WUpg2ykjGSHOl7LV0j6HTl0fD5Vj-JPnNaysSgH-rZDIHphMEspV4UHpAGFDDNXGlp9QsX4JVh_sv_IF6epcKbE_MiSIQj6YmEnPrbnWJpiAUEZ6WRtZXlz0mkZDLBWBbvK5_aX95FZo1E3MFmynD6c1QKSJM9tbBsKzprG6bj42pmCh-IcMFWLElskew

ПРИЛОЖЕНИЕ

Занятие № 1
Тема: Русская народная игра «Жмурки»
Цель игры: развивать ловкость, внимание, координацию движений, смелость, учить ориентироваться в пространстве, соблюдать правила игры.

Место проведения: большое свободное помещение или игровое поле на улице, которые ограничено конусами.

Количество игроков: от 6 и более.

Реквизит: повязка на глаза, конусы.

Правила игры: дети встают в круг, по считалке выбирается водящий, ему завязывают повязку на глаза, водящего раскручивают 5 раз. После этого все участвующие в игре, говорят слова «раз, два, три, жмурка, ребят лови!» и бросаются в стороны, а водящий должен кого-нибудь поймать. Участвующие должны издавать какие-нибудь звуки, чтоб водящему было легче поймать ребят. Игрок, который попался, меняется ролями с водящим, теперь ему надевают повязку, и он становится жмуркой. Чтобы жмурка не наткнулся на какой-нибудь предмет и не ушибся, при виде опасности ребята должны крикнуть «огонь!»

Особые правила:

1. Игру надо начинать только со слов «раз, два, три, жмурка, ребят лови!»
2. Толкать друг друга нельзя.
3. Предупреждать водящего об опасности словом «огонь!»

Занятие № 2
Тема: Русская народная игра «Кот и мыши»
Играющие встают в два ряда лицом друг к другу, берутся за руки, образуя небольшой проход. В одном ряду стоят коты, в другом – мыши. Игру начинает первая пара: кот ловит мышь, а та бегает вокруг играющих. В опасный момент мышь может спрятаться в коридоре, образованном сплетёнными руками играющих. Как только кот поймал мышь, играющие встают в ряд. Начинает игру вторая пара. Игра заканчивается, когда коты переловят всех мышей. Правила игры. Коту нельзя забегать в нору. Кот и мыши не должны убегать далеко от норы.

Занятие № 3

Тема: Русская народная игра *«Горелки»*

Ход игры: играющие встают парами друг за другом. Впереди стоит водящий- горелка. Все произносят слова:

Гори, гори ясно, чтобы не погасло.

Глянь на небо: Звезды горят,

Колокольчики звенят.

Раз, два не воронь, А беги, как огонь!

После последних слов дети, стоящие в последней паре, бегут с двух сторон вдоль колонны. Горелка старается запятнать одного из них. Если бегущие игроки успели взять друг друга за руки, прежде чем горелка запятнает одного из них, то они встают впереди первой пары, а горелка вновь горит. Если удается запятнать, тот кто остался без пары, горит.

Занятие № 4

Тема: Русская народная игра «Салки»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в прыжках на одной ноге, с продвижением, умению играть в коллективе.

Описание: Дети расходятся по площадке, останавливаются и закрывают глаза. Руки у всех за спиной. Водящий незаметно для других кладет одному из них в руку какой-нибудь предмет. На слова *«Раз, два, три, смотри!»* дети открывают глаза. Тот, которому достался предмет, поднимает руки вверх и говорит: *«Я — салка»*. Участники игры, прыгая на одной ноге, убегают от салки. Тот, кого он коснулся рукой, идет водить. Он берет предмет, поднимает его вверх, быстро говорит слова: *«Я — салка!»*

Игра повторяется.

Правила игры:

1. Если играющий устал, он может прыгать поочередно то на одной, то на другой ноге.

2. Когда меняются салки, играющим разрешается вставать на обе ноги.

3. Салка тоже должен прыгать на одной ноге.

Усложняющие варианты

Существует несколько вариаций правил, которые делают игру интереснее:

- **Салки с домом.** Для игроков на площадке чертится «дом», где их нельзя осаливать. Салка может осаливать только вне «дома».
- **Турецкие салки.** Не осаливают того, кто успел сесть по-турецки (скрестив ноги).
- **Салки «Ноги от земли».** Спасаясь от салки, играющие должны оторвать ноги от земли (встать на предмет, сесть или лечь, подняв ноги вверх).
- **Салки-пересалки.** Любой игрок может «выручить» другого, если перебежит дорогу между салкой и убегающим. После этого салка должен ловить уже перебежчика.
- **Салки с пленом.** Водящий остаётся таковым на всё время игры. Всех пойманных он отводит в свой «дом» (очерченный угол площадки). «Пленных» можно «расколдовать», коснувшись их рукой. Салка старается осалить каждого, кто приблизится к его «дому». Игра заканчивается, когда все играющие переловлены.
- **Круговые салки.** Играющие становятся в круг. Двое стоят за кругом один против другого. Эта пара начинает игру. Один — салка, второй — убегающий. Убегающий, спасаясь, может встать в круг на любое место между игроками. В этом случае игрок, стоящий справа от него, становится салкой, а выбывший салка убегает. Если салка осалил убегающего раньше, чем тот встал в круг, он выбывает из игры.

Вывод

«Салки» — простая, но очень динамичная игра, которая подходит для активного отдыха на свежем воздухе. Её правила легко адаптировать под возраст и физическую подготовку участников, добавляя новые элементы и усложнения.

Занятие № 5

Тема: Русская народная игра «Пятнашки» — это подвижная игра, которая развивает быстроту реакции, ловкость и умение действовать по правилам. Играть можно как на улице, так и в помещении, минимальное количество участников — 4–5 человек

Правила игры

Выбор водящего. С помощью считалки или жребия определяется «пятнашка». Есть и простой способ: кто-то предлагает игру и быстро кричит: «Чур не я!», остальные повторяют. Последний, кто выкрикнул, становится водящим

Начало игры. Водящему повязывают цветную ленту или повязку, чтобы его было видно. Он встаёт в центре площадки.

Ход игры. По сигналу (например, «Лови!») остальные игроки разбегаются. Задача «пятнашки» — догнать и коснуться рукой кого-то из участников.

Смена ролей. Тот, кого коснулись рукой, становится новым «пятнашкой».

Окончание игры. Игра завершается, когда все участники по очереди станут «пятнашками». Можно договориться и о другом условии: например, игра заканчивается, когда «пятнашка» запятнает заранее оговорённое количество игроков.

Важные нюансы

За пределы обозначенной площадки выбегать нельзя — это считается нарушением.
«Пятнашка» не должен целенаправленно бегать только за одним игроком.
Детям важно следить за сменой водящих.

Занятие № 6

Тема: Русская народная игра «Охотники и зайцы»

Цель: развитие внимания, ловкости, зрительно – двигательной координации, меткости, глазомера и развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками в процессе подвижной игры.

Из числа играющих выбирается охотник, остальные зайцы. На одной стороне зала (площадки) отводится место для охотника, на другой — дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе. Зайцы выпрыгивают из кустов и прыгают на двух ногах (или на правой и левой поочередно) в разных направлениях. По сигналу: Охотник» — зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мяч (в руках у него два-три мяча). Те, в кого он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом. После каждой охоты на зайцев охотник меняется, но не из числа пойманных. Для проведения данной игры (во избежание травм) лучше использовать самодельные мячи, сшитые из кусочков ткани.

Занятие № 7

Тема: Русская народная игра «Фанты» — это старинная русская народная игра, которая помогает развивать внимание, быстроту реакции, ловкость и чувство юмора. Суть игры в том, что участники отвечают на вопросы ведущего, стараясь не произносить «запрещённые» слова, а за ошибку отдают ведущему свою вещь («фант»). В конце игры фанты разыгрываются — участник выполняет шуточное задание, чтобы вернуть свою вещь.

Правила игры

Отвечать нужно быстро. Если игрок ошибся, он не может сразу же исправить свой ответ — нужно говорить первое пришедшее в голову слово.

- **За каждое запрещённое слово — один фант.**
- **Ведущий может вести разговор одновременно с двумя участниками**.
- **При выкупе фанта ведущий не показывает его другим игрокам**.

Советы для игры

- **Количество участников.** Лучше всего играть небольшой компанией — до 10 человек.
- **Место.** Подойдёт любое тенистое место: полянка, уголок игровой площадки.
- **Подготовка.** Перед началом игры каждый участник должен иметь несколько фантов.
- **Роль ведущего.** Это самая сложная задача, поэтому поначалу эту роль часто берёт на себя взрослый.

infourok.rukopilkaurokov.ru

Вариации игры

Иногда игру проводят иначе: все фанты собирают в мешок или шапку, а затем участники по очереди достают их и спрашивают ведущего: «Что делать с этим фантом?». Ведущий придумывает задание, и владелец фанта должен его выполнить.

«Фанты» — отличный способ развлечься в компании, потренировать внимание и просто посмеяться. Попробуйте сыграть — это действительно весело!

Занятие № 8
Тема: Русская народная игра «Ловушки с присиданием»
Цель: развивать ловкость, быстроту.

Ход игры: Игроки выбирают водящего, а сами разбегаются по площадке. Водящий догоняет их, стараясь запятнать. Игрок, которого догоняет водящий, может присесть и дотронуться рукой до земли. В этом положении пятнать его нельзя. Однако водящий может стать в двух шагах от присевшего и считать до пяти. Если при счете «пять» игрок не убежит, водящий может его пятнать. Игра проводится в пределах площадки, границу которой покидать не разрешается.

Нарушивший это правило становится водящим.

Побеждает тот, кто ни разу не побывал в роли водящего.

Занятие № 9
Тема: Русская народная игра «Волк»
Все играющие — овцы, они просят волка пустить их в лес погулять: «Разреши нам, волк, погулять в твоем лесу!» Волк отвечает: «Гуляйте, гуляйте, да только траву не щиплите, а то мне спать будет не на чем». Овцы сначала только гуляют в лесу, но скоро забывают обещание, щиплют траву и поют: Шиплем, щиплем травку, Зеленую муравку, Бабушке на рукавички, Дедушке на кафтанчик, Серому волку Грязи на лопату! Волк бежит по поляне и ловит овец, пойманный становится волком, игра возобновляется. Правила игры. Гуляя по лесу, овцы должны расходиться по всей площадке.
Занятие № 10
Тема: Русская народная игра «Птицелов»
Цели: Воспитывать внимание, умение ориентироваться в пространстве, развивать тембровый слух, расширять кругозор.

Возраст: Старший дошкольный возраст.

Оборудование: Платок или повязка для завязывания глаз.

Описание игры

Играющие выбирают себе название птиц, крику которых они могут подражать. Встают в круг при помощи считалочки выбирают Птицелова, он встаёт в круг и ему завязывают глаза. Птицы ходят, кружатся, бегают вокруг птицелова и произносят слова нараспев:

- В лесу, во лесочке

На зелёном дубочке

Птички весело поют.

Ай! Птицелов идёт!

Он в неволю нас возьмёт,

Птицы, улетайте!

Птицелов хлопает в ладоши, играющие останавливаются на месте, водящий начинает искать птиц. Тот, кого он нашёл, подражает крику птицы, которую он выбрал. Птицелов угадывает название птицы и имя игрока. Пойманный становится птицеловом или нового птицелова выбирают считалкой.

Правила игры

Играющие не должны разбегаться за очерченную территорию. Игроки обязаны останавливаться на месте точно по сигналу.

Занятие № 11
Тема: Подвижная игра «Совушка»
Цель: Познакомить учащихся с русской народной игрой «Совушка», развивать быстроту реакции, внимания, воспитание выносливости.

Ход урока:

1. Организация учащихся.
2. Выход на спортивную площадку.
3. Разминка.

«На параде». Ходьба на месте с высоким и широким взмахом рук, подниманием бедра. «Вертолет». И.п. - руки в стороны. Повороты туловища влево, вправо.
«Качается высокая березка». И.п. - руки вверх. Нет ветра - дерево тянется вверх к солнцу, растет. Дует ветер - твердо стоять на ногах, «березка» наклоняется влево, вправо. «Великаны и карлики». Приседаем, руки на колени - карлики, руки вверх - великаны. «Зайчики». Прыжки вправо, влево, вперед, назад.

4. Разучивание русской народной игры «Совушка».

Героя нашего сегодняшнего урока вы узнаете из загадки.
Ночь, как смоль, черным-черна.
Серой птице не до сна:
Меж кустов, как тень, скользит,
Караулит, кто не спит.
Ловит шорох чутко.
А как крикнет, станет жутко.
Вздрогнет спящая трава.
Это ухает... (сова)
Совы ведут ночной образ жизни: днем спят, а ночью охотятся на мышей, полевок, насекомых. У сов острый слух и зрение. Летают совершенно бесшумно. За ночь одна сова вылавливает 7-8 мышей! Ни одна кошка не может соперничать с совой.
По сигналу ведущего «День» дети, изображающие жучков, бабочек, лягушек, двигаются по площадке, залезают на гимнастическую стенку, прыгают. По сигналу «Ночь наступила» ребята останавливаются, а совушка вылетает на охоту. Заметив пошевельнувшегося игрока, совушка берет его за руку и уводит в свое гнездо. После трех пойманных совушку нужно менять.

5. Подвижные игры на воздухе по выбору учащихся.
6. Итог урока.

Занятие № 13
Тема: Подвижная игра «Пустое место»

Цель: познакомить учащихся с правилами игры «Пустое место», разучить игру, повторить изученные ранее игры, развивать ловкость, координацию движений, воспитывать умения действовать в команде.
Ход урока:

1. Организация учащихся.
2. Выход на спортивную площадку.
3. Разминка.

«Потягушки». И.п. - ноги на ширине плеч, ладони за голову, локти вперед, 1-2 - отвести локти назад, туловище выпрямить, 3-4 - вернуться в исходное положение.
«Бантики». И.п. - ноги на ширине плеч, руки за спиной, 1 - повернуть туловище налево, 2 - то же направо не останавливаясь, в и.п.
«Кукла». И.п. - основная стойка, 1-4 повернуться на 360 градусов через левое плечо, переступая прямыми ногами, 5-8 - то же через левое плечо.
«Ветер елочки качает». И.п. - ноги на ширине плеч, руки в стороны, 1-2 - наклоны влево, 3-4 - то же вправо, не останавливаясь, в и.п.
«Большие птицы летят». И.п. - основная стойка, 1 - руки вверх, подняться на носках, 2 - вернуться в исходное положение.
«Попрыгунчики-воробушки». И.п. - руки на пояс. Прыжки на месте на двух ногах с переходом на ходьбу.
Разучивание игры «Пустое место».
Сегодня у нас необычная игра. Она называется «Пустое место». Я уверена, что игра вам очень понравится, потому что это очень зажигательная, подвижная и эмоциональная игра.
Перед началом игры игроки выстраиваются по кругу. По сигналу руководителя водящий бежит по кругу, дотрагиваясь до кого-нибудь из играющих, и после этого продолжает бежать около круга в ту или другую сторону. Игрок, которого он коснулся, бежит около круга в обратную сторону, стремясь быстрее водящего прибежать на свое место. Кто из них раньше займет пустое место, тот там и становится, а оставшийся без места водит. Водящий имеет право коснуться рукой только того игрока, которого он вызывает на соревнование в беге. Когда играющие обегают круг, никто не должен им мешать. Нельзя вызывать на соревнование в беге одних и тех же игроков.
Повторение правил игры. Проигрывание игры 2-3 раза.
Повторение подвижной игры «Мышеловка».
Итог урока.

Занятие № 14
Тема: Подвижная игра «Карусель»
Цель: познакомить учащихся с правилами игры «Карусель», воспитание интереса к занятиям физкультурой и споротом, развитие двигательной активности учащихся, воспитание культуры общения учащихся.
Ход урока:
Организационный момент.
Сообщение темы и цели урока.
Работа над темой урока.
Подготовительная часть.
Построение в шеренгу.
Комплекс ОРУ на месте.
«Вырастим большими».
И.п. - основная стойка. Потягивание на носках с подниманием рук вверх и опусканием и и.п.
Мы становимся все выше,
Достаем руками крыши.
На два счета поднялись,
Три, четыре - руки вниз!
«Клен».
И.п. - ноги на ширине плеч, руки за голову. Наклоны туловища вправо и влево. Ветер тихо клен качает,
Вправо, влево наклоняет.
Раз - наклон и два - наклон,
Зашумел листвою клен!

«Лесорубы».
И.п. - ноги на ширине плеч, руки вверху, пальцы в «замок». Наклоны вперед с глубоким выходом (все хором произносят «Бах!»).
Лесорубами мы стали,
Топоры в руки взяли и, руками сделав взмах,
По колену сильно - бах!
«Ванька-встанька».
И.п. - основная стойка. Присесть, руки положить на колени, голову опустить. Ванька-встанька! Приседай-ка!
Непослушный ты какой,
Нам не справиться с тобой!
Основная часть.
Отгадайте загадку:

На олене, на коне Хорошо кататься мне!
Не по тундре, не по лугу
- Еду я по чудо-кругу.
Я скачу, я лечу,
Я в восторге хохочу! *(Карусель)*

Что такое карусель?
Кто катался на карусели?
Кто расскажет о принципе работы каруселей?
Знакомство с правилами игры.
Играющие становятся в круг. На земле лежит веревка, образующая кольцо (концы веревки связаны). Вы поднимаете веревку с земли и, держась за нее правой (или левой) рукой, ходите по кругу со словами:

Еле-еле, еле-еле
Завертелись карусели,
А потом кругом,
А потом кругом-кругом,
Все бегом, бегом, бегом.

Сначала вы двигаетесь медленно, а после слова «бегом» - бежите.
По команде «Поворот!» быстро берете веревку другой рукой и бежите в противоположную сторону:

Тише, тише, не спишите!
Карусель остановите.
Раз и два, раз и два,
Вот и кончилась игра!

Карусель постепенно замедляет движение и с последними словами останавливается. Вы кладете веревку на землю и разбегаетесь по площадке. По сигналу вновь спешите сесть на карусель, т.е. взяться рукой за веревку, и игра возобновляется.
Правила: занимать места на карусели можно только до третьего сигнала.
Опоздавший на карусели не катается.
Повторение ранее изученной игры «Пустое место».
Самостоятельные игры детей.
Заключительная часть.
Построение в шеренгу.
Подведение итогов.

Занятие № 15
Тема: Подвижная игра «Кто быстрее?»
Цель: познакомить учащихся с игрой «Кто быстрее?», развитие быстроты реакции и, внимания, воспитание чувства ответственности, дисциплины.
Ход урока:
Построение в шеренгу.

Организационный момент.
Сообщение темы и цели урока.
Подготовительная часть.
Комплекс ОРУ.
«Помощники.»

Дружно помогаем маме,
Мы белье полощем сами.
Раз, два, три, четыре
Потянулись, наклонились (3 раза).
Хорошо мы потрудились.

(1-2 - стойка на носках, руки вверх (потянулись), 3-4 - наклон вперед, покачивание руками вправо и влево.)
«Веселые прыжки».

Раз, два, - стоит ракета (руки вверх).
Три, четыре - самолет (руки в стороны).
Раз, два - хлопок в ладоши,
А потом на каждый счет.
Раз, два, три, четыре
- Руки выше, плечи шире раз, два, три, четыре (3 раза),
И на месте походили.
(стойка ноги врозь, руки вверх, хлопок в ладоши; стойка руки в стороны.)

При ходьбе на месте произносятся слова:

Как солдаты на параде,
Мы шагаем ряд за рядом.
Левой - раз, левой - раз.
Посмотрите все на нас.

Основная часть.
Повторение правил поведения во время игры на спортивной площадке.
Знакомство с игрой «Кто быстрее?».
Играющие выбирают водящего. Игроки, построенные в шеренгу, рассчитываются на первого, второго, третьего и четвертого. Каждый должен запомнить свой номер. Второй, третий и четвертый номера образуют кружок, а первый находится в середине кружка. Водящий стоит между кружками.
Водящий говорит: «Первые номера ко мне!». Первые номера выбегают из кружков и встают в колонну по одному за водящим. Колонна движется за водящим по залу в различных направлениях. Игроки, образующие кружки, стоят на месте, ритмично поднимая соединенные руки вверх и вниз. По сигналу руководителя первые номера разбегаются и стараются встать в любой из кружков. Водящий также старается попасть в один из кружков. Игрок, оставшийся без кружка, становится водящим. В середину встают вторые номера, и игра начинается сначала; затем третьи и т.д.
Игроки, идущие в колонне за водящим, имеют право разбегаться только после сигнала. Игрокам, стоящим в кружках, не разрешается препятствовать движению средних игроков.
Разучивание игры.
Проигрывание игры «Кто быстрее?».
Повторение ранее изученных игр по выбору учащихся.
Заключительная часть.
Построение в шеренгу.
Игра «Класс, смирно!».
Ученики строятся в одну шеренгу. Учитель, стоя лицом к играющим, подает команды. Ученики должны выполнять команды только в том случае, если перед командой будет сказано слово: «Класс!». Если э то слово отсутствует, то реагировать на команду не надо. Допустивший ошибку, делает шаг вперед и продолжает играть.
Подведение итогов. Организованный уход в класс.

Занятие № 16
Тема: Подвижная игра «Конники-спортсмены»
Цель: познакомить учащихся с правилами игры «Конники-спортсмены», развитие внимания, быстроты движения, совершенствование физического развития и двигательной подготовленности, укрепление здоровья.

Ход урока:

Подготовительная часть.

Построение в шеренгу.

Организационный момент.

Сообщение темы и цели урока.

Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке».

Ученики идут в колонне по одному.

Миша шел, шел, шел,
Землянику нашел.
Он присел, землянику съел,
Поднялся и опять идти собрался.

Обычная ходьба с последующим переходом на ходьбу «гусиным шагом» и возвращением в первоначальное положение.

Дети продолжают идти в колонне по одному.

Миша шел, шел, шел,
К тихой речке пришел.
Сделал полный поворот,
Через речку пошел в брод.

Ходьба с поворотом на 360° с переходом на ходьбу с высоким подниманием колен.

Дети продолжают идти в колонне по одному.

Миша шел, шел, шел,
На лужайку пришел.
Он попрыгал на лужайке
Быстро, ловко, словно зайка.

Прыжки на обеих ногах с продвижением вперед.

Основная часть.

Повторение правил поведения на спортивной площадке.

Знакомство с правилами игры «Конники-спортсмены».

Раз, два, три, четыре,
Меня грамоте учили:
И читать, и писать,
И на лошади скакать.

На попу в метре от стен и таком же расстоянии один от другого раскладываются кружки и квадраты. Их должно выть меньше числа играющих на три. Ученики, став левым боком к центру, передвигаются вперёд по кругу. Имитируется выездка спортивных лошадей. Учитель подаёт команды:

«Шаг коня» - ученики, согнув руки в локтях, ладони вниз, высоко поднимают колени, доставая ими до ладоней;

«Поворот» - повернувшись кругом, продолжают движение в противоположную сторону;

«На рысь» - бегут;

«Шаг коня» - переходят на ходьбу;

«По местам!» - все разбегаются, стараясь занять кружок или квадрат.

Оставшиеся без места проигрывают.

Разучивание игры.

Проигрывание игры «Конники-спортсмены».

Повторение ранее изученных игр:

Игра «Пустое место»;

Игра «Кто быстрее».

Самостоятельные игры детей.

Заключительная часть.

Построение в шеренгу.

Игра «Класс, внимание!».

Ученики строятся в одну шеренгу. Учитель, стоя лицом к играющим, подает команды. Ученики должны выполнять команды только в том случае, если перед командой будет сказано слово «Класс!». Если это слово отсутствует, то реагировать на команду не надо. Допустивший ошибку, делает шаг вперед и продолжает играть.

Подведение итогов.

Занятие № 17

Тема: Подвижная игра «Лягушата и цапля»

Цель: познакомить учащихся с игрой «Лягушата и цапля», укрепление физического и психического здоровья учащихся.

Ход урока:

Организационный момент.

Сообщение темы и цели урока.

Подготовительная часть.

Игра «Быстро встать в колонну».

Ученики разбегаются по всей площадке, собирают на полу жетончики с номерами. Учитель произносит команду: «Быстро встать в колонну!». Дети спешат занять свои места согласно тем цифрам, которые имеются на их жетонах, по порядку (по возрастанию, по убыванию; слева - четные, справа - нечетные).

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении «Тик-так»:

- На четыре шага руки в стороны и вверх, на четыре шага - в стороны и вниз.
- Руки согнуты в локтях, ладонями вниз. Ходьба, высоко поднимая колени (касаться коленями ладоней).
- Руки за спиной. Ходьба, поворачивая туловище в сторону выставляемой вперед ноги.
- Ходьба выпадами, широко размахивая руками.
- Ходьба с хлопками в ладони: под правую ногу хлопок сзади внизу, под левую - впереди вверху.
- Прыжки на обеих ногах с продвижением вперед.

Основная часть.

Отгадайте загадку:

Длинным клювом тонким
Схватит лягушонка.
Капнет с клюва капля.
Кто же это?... *(Цапля)*

Правильно. К какой группе животных относится цапля?

Где живет цапля[7]

Чем питается?

А к какой группе животных относятся лягушки?

Где они живут?

Чем питаются[7]

Знакомство с правилами игры «Лягушата и цапля».

Цапля-птица, цапля-птица,
Что тебе ночами снится?
Мне? Болотные опушки.
А еще?
Еще? Лягушки!
Их ловить - не изловить...
Вот и все! Тебе водить!

Четверо играющих располагаются по углам большого квадрата и соединяют в своих руках концы длинных скакалок, держа их на высоте 25-30 см от земли. Место, ограниченное скакалками, - «болото». В «болоте» живут «лягушата», которых изображают остальные играющие, кроме одного, выделенного водящим. Водящий - «цапля». Цапля находится в своем «доме», на расстоянии нескольких шагов от болота. По указанию учителя водящий, изображая цаплю, идет к болоту, высоко поднимая колени («шаг цапли»), при этом он поднимает одну руку вверх, сгибая кисть (голова и клюв цапли), а другую руку сгибает сзади (хвост цапли). Перешагнув через веревочку, цапля оказывается в болоте. Лягушки, спасаясь от цапли, выскакивают из болота и перепрыгивают через веревочку (скакалку). Цапля своим клювом (пальцами вытянутой руки) «хватает» лягушонка, не успевшего выпрыгнуть из болота, и «уносит» его к себе в дом (т.е. касается края одежды одного из игроков и вместе с ним уходит на место, где обозначен условный дом цапли). Когда цапля находится дома, лягушки

снова прыгают в болото, перепрыгивая через веревочку. Пойманная цаплей лягушка отпускается и возвращается в болото. Игра продолжается дальше в таком же порядке. Наиболее ловким лягушатами считаются те, которые ни разу не побывали в клюве цапли.»
Лягушонок, не перепрыгнувший через веревочку при выскакивании из болота, считается пойманным цаплей. Цапля за один раз может схватить только одного лягушонка. Разучивание игры.
Проигрывание игры «Лягушата и цапля».
Игра «Кот и мышь».
Самостоятельные игры детей.
Заключительная часть.
Построение в шеренгу.
Игра «Запрещенное движение».
Учитель предлагает детям выполнять за ним все движения, кроме запрещенного (например, руки на пояс). Кто выполнит запрещенное движение, делает шаг вперед.
Подведение итогов.

Занятие № 18
Тема: Подвижная игра «Карлики и великаны»
Цель: познакомить учащихся с игрой «Карлики и великаны», развитие внимания, сообразительности, творческого воображения, формирование культуры здоровья учащихся.
Ход урока:
Подготовительная часть.
Построение в шеренгу.
Организационные указания учителя.
Комплекс ОРУ в движении «На лугу».

- Ходьба с подниманием руки вверх и опусканием вниз, хлопки.

Только в лес мы все зашли,
Появились комары.
Руки вверх - хлопок над головой,
Руки вниз - хлопок другой.

- Ходьба на внешней и внутренней стороне ступни с покачиванием влево, вправо. Дальше по лесу шагаем

И медведя мы встречаем.
Руки за голову кладем И вразвалочку идем.

- Прыжки с ноги на ногу по «камешкам».

Снова дальше мы идем,
Перед нами водоем.
Прыгать мы уже умеем,
Прыгать будем мы смелее:
Раз-два, раз-два –
Позади уже вода.

- Бег («ручеек») между разложенными на полу предметами («камешками»).

День и ночь бегу, бегу,
Отдохнуть бы - не могу!
Если мне остановиться,
Ручей может испариться.

- Ходьба с подниманием рук.

Мы шагаем, мы шагаем,
Руки выше поднимаем,
Голову не опускаем,
Дышим ровно, глубоко.

- Наклоны вперед, руками коснуться пола, выпрямиться, поднять руки вверх.

Вдруг мы видим: у куста
Выпал птенчик из гнезда.

Тихо птенчика берем
И назад в гнездо кладем (бег на носках).
Впереди из-за куста.
Смотрит хитрая лиса.
Мы лисицу обхитрим,
На носочках побежим (прыжки на двух ногах).
Зайчик быстро скачет в поле.
Очень весело на воле.
Подражаем мы зайчишке,
Непоседы-ребятишки (наклоны вперед в движении).
На полянку мы заходим,
Много ягод там находим.
Земляника так душиста,
Что не лень нам наклониться.
Основная часть.
Кто такие карлики?
Кто такие великаны?
В каких произведениях художественной литературы мы можем встретить карликов и великанов?
В каких сказках вы читали о карликах и великанах?
Знакомство с правилами игры «Карлики и великаны».
По команде учителя «Великаны» игроки должны выпрямиться, подняться на носки как можно выше, по команде «Карлики» - присесть как можно ниже.
Варианты заданий для «великанов»: а) на носки, руки вверх; б) подпрыгнуть как можно выше; в) руки за голову, на пятки.
Варианты заданий для «карликов»: а) присесть, руки на пол; б) сесть на пол, руки за спину; в) упор присев.
Правила: выигрывает игрок, не допустивший ошибок при выполнении команд. Разучивание игры «Карлики и великаны».
Проигрывание игры.
Игра «Лягушата и цапля».
Самостоятельные игры детей.
Заключительная часть.
Игра «Построились».
Под музыку ученики гуляют по залу, ведущий выключает музыку, дети все замирают на месте, звучит команда ведущего:
Построились в шеренгу по росту!
Все выполняют команду под счет до 10.
Далее игра продолжается: построение по алфавиту, по длине волос, длине рукава одежды, по длине брюк, по цвету одежды от светлого до темного, по цвету глаз от темного до светлого и т.д.
Подведение итогов.

Занятие № 27
Тема: Русская народная игра «Гори, гори ясно»
Задачи: развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве, упражнять в быстром беге.

Считалкой выбирается ведущий. Участники игры становятся в круг, держась за руки. Ведущий встаёт в круг, в руках у него ленточка, он начинает движения против основного круга. Когда начинается движение круга, все игроки вместе с ведущим произносят слова:

Гори-гори ясно,

Чтобы не погасло,

Глянь на небо,

Птички летят,

Колокольчики звенят!

После сказанных слов ведущий игрок останавливается, поднимает руку с ленточкой вверх, делает ею взмах, будто пытается разделить, а двое детей, которые оказываются от ведущего с правой и с левой стороны поворачиваются друг к другу спиной. Все играющие произносят слова:

Раз, два не воронь,

А беги как огонь!

Два игрока начинают убегать друг от друга в разные стороны за основным кругом детей. Кто первый обежит круг и вернётся к ведущему, схватив ленточку, тот и победил. В дальнейшем он становится ведущим, а кто не успел, встает обратно в круг.

Занятие № 28
Тема: Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»
Юрта: В игре участвуют четыре подгруппы детей, каждая из которых образует круг по углам площадки. В центре каждого круга стоит стул, на котором повешен платок с национальным узором. Взявшись за руки, все идут четырьмя кругами переменным шагом и поют:

Мы, веселые ребята, соберемся мы в кружок.

Поиграем, и попляшем, и помчимся на лужок.

Затем образуют общий круг, идут по кругу. По окончании музыки быстро бегут к своим стульям, берут платок и натягивают его над головой в виде шатра, получается юрта.

Правила: бежать к своему стулу только по окончании музыки. Выигрывает группа, первой построившей юрту.

Хозяин и покупатель выходят за круг, встают за выбранным пнем друг к другу спиной, и разбегаются в разные стороны. Добежавший, первым встает за медным пнем. Правила: бежать только по сигналу. Победитель становится хозяином.

Медный пень: Играющие парами располагаются по кругу. Дети, изображающие медные пни, сидят на корточках. Дети-хозяева становятся за ними. Под башкирскую народную мелодию водящий-покупатель двигается внутри круга, выбирает себе пень. С окончанием музыки останавливается около пары и спрашивает у хозяина:

Я хочу у вас спросить, можно ль мне ваш пень купить?

Хозяин отвечает:

Коль джигит ты удалой, медный пень тот будет твой.

Хозяин и покупатель выходят за круг, встают за выбранным пнем друг к другу спиной, и разбегаются в разные стороны. Добежавший, первым встает за медным пнем. Правила: бежать только по сигналу. Победитель становится хозяином.

Занятие № 29
Тема: Бурятская народная игра «Ищем палочку»
Цель: развивать ловкость, глазомер, быстроту реакции.

Ход игры: Участники игры становятся по обе стороны нарисованной полосы, закрывают глаза. Ведущий берет короткую палочку (10 см) и бросает в сторону. Все внимательно слушают, стараясь отгадать, где упала палочка. По команде: «Ищите» - игроки разбегаются в разные стороны, ищут палочку. Выигрывает тот, кто найдет ее, подбежит незаметно к полосе и постучит палочкой. Если же другие игроки догадались, у кого находится палочка, то стараются догнать его. Кто догонит, к тому

переходит палочка. Теперь уже он убегает от остальных, старается добежать до полосы и постучать палочкой.

Занятие № 30

Тема: Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»

Выбей из круга:

Инвентарь: мяч.

Содержание игры:

Чертится круг диаметром 8-10 метров. Одна команда, согласно жребию, занимает место в круге. Игроки, находящиеся за кругом, пытаются выбить мячом игроков в круге. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не будут выбиты. В том случае, если в кругу остается один игрок, начинается отсчет до 10. если после 10 бросков игрока не выбили, то его команда возвращается в круг и игра возобновляется.

Правила игры: Не разрешается держать руками игрока, находящегося в кругу.

Мяч, оставшийся в кругу, после выбивания игрока, выбрасывается выбитыми.

Подними платок: Содержание игры:

Игроки становятся в круг, в центре его кладут головной платок. Звучит национальная музыка, все танцуют дагестанскую лезгинку. С окончанием музыки каждый участник игры старается первым поднять платок.

Правила игры:

Нельзя тянуться за платком и выходить из круга раньше, чем прекратится музыка.

Занятие № 31

Тема: Марийская народная игра «Катание мяча»

Оборудование: мяч

Ход занятия:

1.Организационный момент.

2.Сообщение темы и цели занятия. ТБ.

3.Работа над темой занятия.

Основная часть.

1. Мяч у марийцев прежде изготовлялся из коровьей шерсти, которую для этого долго надо было скатывать в клубок, все время смачивая. Теперь чаще пользуются резиновым мячом, но для катания лучше подходит шерстяной мяч. Игры с катанием мяча, вероятно, древнего происхождения (напоминают обрядовое катание яиц). Игра «Катание мяча» бытует до сих пор в некоторых местах. Марийской АССР. Играют чаще весной, когда подсохнет земля. Выбирается ровная площадка или участок тропинки, деревенской улицы, где можно катить мяч на расстояние 3-7 м. Вырывается в земле ямка диаметром и глубиной чуть больше мяча. Играют теперь в основном младшие школьники, а прежде играли также подростки и молодежь. Количество участников - от 2 до 7 человек.
2. ***<u>Катание мяча</u>***

Описание. Участники договариваются, кто за кем будет катить мяч. Первый игрок катит по земле с отмеченного чертой расстояния (3-7 м) мяч в ямку. Если попадет, ему начисляется 1 очко, и он катит мяч еще раз. Промахнется - катит следующий по очереди. Побеждает тот, кто первым наберет условное количество очков. Но иногда сами играющие устанавливают другие условия (например, играть до трех призовых мест).

Правила

Нельзя заступать за исходную черту, но разрешается игроку (если он хочет показать свое умение) отойти от ямки дальше, чем остальные играющие.

Не полагается кидать мяч сразу в ямку. Хотя бы половину пути он должен катиться по земле.

Заключительная часть

Построение в шеренгу.

Занятие № 32

Тема: Татарская народная игра «Серый волк»

Одного из играющих выбирают серым волком. Присев на корточки, серый волк прячется за чертой в одном конце площадки (в кустах или в густой траве). Остальные играющие находятся на противоположной стороне. Расстояние между проведенными линиями 20—30 м. По сигналу все идут в лес собирать грибы, ягоды. Навстречу им выходит ведущий и спрашивает (дети хором отвечают):

— Вы, друзья, куда спешите?
— В лес дремучий мы идем
— Что вы делать там хотите?
— Там малины наберем
— Вам зачем малина, дети?
— Мы варенье приготовим
— Если волк в лесу вас встретит?
— Серый волк нас не догонит!

После этой переклички все подходят к тому месту, где прячется серый волк, и хором говорят:

— Соберу я ягоды, и сварю варенье,
— Милой моей бабушке будет угощенье
— Здесь малины много, всю и не собрать,
— А волков, медведей вовсе не видать!

После слов не видать серый волк встает, а дети быстро бегут за черту. Волк гонится за ними и старается кого-нибудь запятнать.

Пленников он уводит в логово — туда, где прятался сам.

Правила игры. Изображающему серого волка нельзя выскакивать, а всем игрокам убегать раньше, чем будут произнесены слова не видать. Ловить убегающих можно только до черты дома.

Занятие № 33

Тема: Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»

Сокол и лиса: Выбираются сокол и лиса. Остальные дети — соколята. Сокол учит своих соколят летать. Он легко бегает в разных направлениях и одновременно производит руками разные летательные движения (вверх, в стороны, вперед) и еще придумывает какое-нибудь более сложное движение руками. Стайка соколят бежит за соколом и следит за его движениями. Они должны точно повторять движения сокола. В это время вдруг выскакивает из норы лиса. Соколята быстро приседают на корточки, чтобы лиса их не заметила.

Пятнашки: Двое играющих кладут руки друг другу на плечи и, подпрыгивая, попеременно ударяют правой ногой о правую, а левой о левую ногу напарника. Игра ведется ритмично в виде танца.

Занятие № 34

Тема: Чувашская игра «Рыбки»

На площадке чертят или вытаптывают в снегу две линии на расстоянии 10-15 м друг от друга. По считалке выбирается водящий — акула. Остальные игроки делятся на две команды и становятся лицом друг к другу за противоположными линиями. По сигналу играющие одновременно перебегают с одной черты на другую. В это время акула «салит» перебегающих. Объявляется счет «осаленных» из каждой команды.

Правила игры. Перебежка начинается по сигналу. Проигрывает команда, в которой «осалено» условленное число игроков, например, пять. «Осаленные» не выбывают из игры.