Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Тацинская средняя общеобразовательная школа №3

«Утверждаю»

Директор МБОУ ТСОШ №3

Приказ от 29.08.2019г. № 95

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.Н.Мирнов

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**«ПОДВИЖНЫЕ КАЗАЧЬИ ИГРЫ»**

в3классе

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального образования второго поколения.

Количество часов в неделю - 1ч, за год 32 часов.

Учитель начальных классов: **Войнова Г.А.**

ст. Тацинская

2018-2019 учебный год

**Планируемые результаты.**

**Личностные УУД**:-

-снижение заболеваемости;

-формировать физические качества;

-воспитывать культуру общения;

- воспитывать любовь и уважение к окружающим;

- сблизить и сплотить детский коллектив;

- развивать самооценку у младших школьников;

- научить анализу собственных действий и поступков;

- научить планированию действий;

- развивать устную речь учащихся;

- развивать творческие способности;

- привить интерес к чтению дополнительной литературы и публикаций;

**Познавательные УУД:**

-проверить умение самостоятельно выбирать нужную информацию.

**-**учиться определять цель деятельности с помощью учителя;

-учиться совместно давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке;

-учиться отличать верно выполненное задание от неверного

**Коммуникативные УУД**:

проверить умение оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом речевых ситуаций, высказывать свою точку зрения и пытаться ее обосновывать, приводя аргумент.

**Метапредметные** УУД :

-планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

-самостоятельно оценивать правильность выполнения действий

Программа разработана на основе программы по внеурочной деятельности «Казачьи игры»: Методической и учебной литературы. Сайт kazachiigry.

**АКТУАЛЬНОСТЬ**

Одной из важных задач нашего общества является воспитание подрастающего поколения, всесторонняя его подготовка к принятию ответственности за судьбы страны и ее безопасности. Многое для этого делают государственные структуры, школа, Вооруженные Силы РФ, казачество, различные общественные организации. Их усилия направлены на формирование и развитие личности, обладающей качествами гражданина-патриота России, способного активно участвовать в укреплении и совершенствовании основ общества, подготовленного к успешному выполнению задач, связанных с обеспечением обороны и безопасности личности, общества и государства. Это особенно важно в связи с существованием негативных тенденций в воспитании школьников и подростков нашего общества, роста децелерации (отсутствие цели в жизни) среди молодежи, что требует принятия адекватных ситуации решений, поиска новых организационных, педагогических средств, форм и методов воспитания школьников, молодежи, поколений, которым предстоит принять ответственность за судьбу России. Вот почему так остро стоит вопрос о патриотическом воспитании нашей молодежи. Концепция патриотического воспитания граждан Российской Федерации определяет: «Патриотизм - одно из наиболее глубоких человеческих чувств, закрепленных веками и тысячелетиями. Под ним понимается преданность и любовь к своему Отечеству, к своему народу, гордость за их прошлое и настоящее, готовность к их защите». Исторические и геополитические условия, в которых рождалась и крепла Россия, вынуждали ее постоянно вести борьбу за свою государственную и национальную независимость. Это не могло не сказаться на формировании особого отношения русских людей к Отечеству и военной службе. В народном эпосе, песнях, былинах, сказках воспевались героизм, мужество и отвага тех, кто не щадил ни сил, ни самой жизни, защищая родную землю. Это воспитывало у русских людей качества, которые всегда отмечали как союзники, так и противники: решительность в наступлении, стойкость в обороне, храбрость, взаимовыручка и презрение к смерти в критические моменты боя. Главная особенность патриотического воспитания заключается в том, что оно формирует не просто гражданина, а гражданина-патриота, горячо любящего свою Родину, свой край, готового достойно и самоотверженно служить ей верой и правдой. Сегодня одним из основных направлений патриотического воспитания школьников в МБОУ ТСОШ№3 является воспитание учащихся на базе культуры и традиций казачества, использование накопленного веками богатейшего опыта народного образования и воспитания.

С возрождением казачества России, его исторических и культурных традиций закономерно встал вопрос о работе с подрастающим поколением, в том числе и в регионах традиционного проживания казачества. В культурном наследии наших предков заложены неисчерпаемые источники работы с детьми, подростками и молодежью. Обращаясь к истории своей страны, своего народа, школьник, подросток, молодой человек начинает понимать величие своей Родины, в нем растет потребность стать творцом, гражданином России. Являясь составной частью общего воспитания подрастающего поколения, система военно-патриотического воспитания выполняет, прежде всего, функцию формирования личности, обладающей высокой идейной убежденностью, сознательностью и социальной активностью.

Основанием для разработки и внедрения данной программы способствовали следующие факторы:

во-первых, она связана с общим интересом современного общества к истокам отечественной культуры, к духовным ценностям нашего прошлого;

во-вторых, социокультурными изменениями менталитета россиян, что отразилось в инновационной основе организации деятельности общеобразовательной школы, открыло перспективы для обогащения содержания патриотического воспитания школьников на культуре и традициях российского народа, в том числе и казачества.

Система воспитания наиболее полно отвечает задачам военно-патриотического воспитания подрастающего поколения. В школе реализуются задачи получения качественного образования, широко применяются формы и методы знакомства учащихся с казачьими традициями, историей и культурой, включения их в программу военно-спортивных видов спорта, праздников, утренников. Школа базируется на традициях семейного казачьего воспитания, стала подлинной школой патриотизма, воспитания достойных граждан нашего Отечества.

**Содержание программы**

Программа внеурочной деятельности «Подвижные казачьи игра» состоит из двух частей:    
**Теоретическая часть**  
***Введение. Знакомство с  программой .***  
 ***Понятие « подвижные   игры »***  
***История возникновения  подвижных   игр***  
Как возникли  подвижные   игры . Какие народы играли. Связь с олимпийскими играми.  
***История возникновения национальных игр народов Дона.***  
Место нашего проживания в регионе. Как возникли национальные игры. Отличие от простых  подвижных   игр .Зачем нужны национальные игры.  
 ***Техника безопасности на занятиях и соревнованиях***  
Техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять  
 ***Правила игр и техника безопасности в играх***  
Правила каждой игры. Техника безопасности в каждой игре. Целесообразность применения правил.

**Практическая часть  включает  3 раздела:**  
 ***Подвижные   игры  без применения спортивных снарядов***

Подвижные игры . День и ночь. Кто обгонит? Шутливая эстафета. Линейная эстафета с бегом. Пятнашки маршем. Эстафеты с прыжками. Западня. Компас. Бой петухов. Бездомный заяц. Линейная эстафета с бегом. Караси и щуки. Вызов номеров. По звериным следам. Великан. Совушка. Белки, волки, лисы. Удочка. Перемена мест. Море волнуется – раз. Прыгай через ров. Пятнашки с передачей.

**1. Бессюжетные игры (9 ч.)**

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля, прятание.

***Подвижные игры с применением спортивных снарядов***

Гонка мячей по кругу (волейбольные мячи). Выиграть время (мешочки с песком). Подвижная цель (волейбольный мяч). Охотники и утки (волейбольный мяч). Попади в мяч (волейбольный и малый мячи). Салки – ноги от земли (скамейка, гимнастическая стенка, маты). Альпинисты (гимнастическая стенка, бревно, маты). Эстафета с лазанием и перелезанием (бревно, гимнастическая стенка). Футбол( футбольный мяч).Крепость. Эстафета «под обстрелом». Попади в городок. Игра с веревкой. Перетягивание каната. Кто самый ловкий? Пионербол. Побеждают ловкие. Эстафета на горке.

**2. Игры-забавы (7 ч.)**

Учащимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами).

***Игры казаков.***

Пятнашки с мячом. Бег на выдохе. Бег с палкой – «копьем» (палка). Не замай. Сторожевые. Игра с веревкой (веревка длиной 3-3,5 м). Прыжки под длинную веревку. Борьба спинами стоя (маты). «Хоровод с подснежниками». Перетягивание палки (палка длиной 60-80 см, толщиной 4-5 см). Перетягивание каната (канат – веревка длиной 20 м, толщиной 3-4 см). игра-поиск -Атаманов клад. Медведь (длинная веревка, посреди которой сделана петля). Игры с шашкой (палка). «Гори–гори, ясно».Игра «Схоронички».

**3. Народные игры (8 ч.)**

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

***Соревнования.***

**4. Любимые игры детей (10 ч.)**

Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость.

**Ожидаемый результат.**

В результате регулярного посещения занятий учащиеся должны:  
- повысить уровень своей физической подготовленности;  
- приобрести навыки и умения по изучаемым разделам программы;   
- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранных казачьих и обрядовых подвижных игр;

- уметь использовать их в условиях соревновательной деятельности и казачьих праздников;  
- уметь играть в обрядовые и подвижные игры кубанского казачества;  
- бережно относиться к своей малой родине, к прошлому и настоящему, к памятникам культуры и искусства;  
- чтить традиции казачества, жить по заповедям казаков;  
- быть наблюдательными, активными, прилежными в учебном труде,добросовестными, трудолюбивыми, отзывчивыми.  
**Требования к учащимся:**

- соблюдать технику безопасности при проведении занятий;  
- строго соблюдать и выполнять правила игр;  
- не допускать конфликтных ситуаций во время игр;

- участвовать в казачьих спортивных праздниках, конкурсах, эстафетах, соревнованиях.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Дата** | **Кол-во часов** | **Обору**  **дование** | **Личностные УУД** | **Основные виды деятельности** |
| **1 четверть. (8 часов). Бессюжетные игры (9ч)** | | | | | | |
| 1 | **Введение. Знакомство с  кружком  и его  программой**. Понятие « Подвижные   игры ». История возникновения  подвижных   игр. Правила игр и техника безопасности в играх.  Игра. «Вороны и воробьи» | 02.09 | 1 |  | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями. | Соблюдать и знать правила игры и ТБ в играх. |
| 2 | **История возникновения национальных игр народов Дона.** Техника безопасности на занятиях и соревнованиях.  Игра « Ловишки - перебежки» | 09.09 | 1 |  | Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. | Знать и уметь пользоваться правилами игры  ТБ в играх. |
| 3 | **Подвижные   игры  без применения спортивных снарядов.**  Игра «Паровозик» | 16.09 | 1 | кегли | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. |
| 4 | **Подвижные   игры.**«День и ночь», « Кто обгонит?» Шутливая эстафета. «Белые медведи». | 23.09 | 1 |  | Активно включаться в общение. | Выбирать игровое пространство. |
| 5 | **Линейная эстафета с бегом**. Пятнашки маршем.  Игра «На одной ноге». | 30.09 | 1 |  | Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. | Знать и соблюдать правила игры |
| 6 | Техника безопасности на занятиях. Эстафеты с прыжками. Западня. Компас.  «Петушиный бой» | 07.10 | 1 | обруч | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. | Уметь выбирать ведущего, соблюдать правила. |
| 7 | Правила игр и техника безопасности в играх. Бой петухов. Бездомный заяц.  «Веселый бег» | 14.10 | 1 |  | Активно включаться в общение. | Выбирать игровое пространство.Знатьправила игра. |
| 8 | Линейная эстафета с бегом. Караси и щуки. Вызов номеров.  «Попади в след» | 21.10 | 1 |  | Формирование уважительного отношения к иному мнению. | Уметь пользоваться ПДД, соблюдать правила игры. |
| **2 четверть. (7 часов)** | | | | | | |
| 9 | По звериным следам. Великан.  Игры по выбору. | **04.11**  **9-10 уробъед.** | 1 |  |  | Определять характер игры, с помощью считалки выбирать ведущего |
| **Игры-забавы (7ч.)** | | | | | | |
| 10 | «Совушка». «Белки, волки, лисы».  «Охота на тигра» | 11.11 | 1 | Тенисн.рез.мячи | Формирование уважительного отношения к иному мнению. | Соблюдать технику безопасности и правила игры. |
| 11 | Удочка. Перемена мест.  «Донести рыбку» | 18.11 | 1 | Удочки и рыбки | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями. | Разучить условия игры. |
| 12 | Море волнуется – раз. Прыгай через ров.  «Черепаха-путешественница» | 25.11 | 1 | 2 таза | Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. | Соблюдать правила игры |
| 13 | Пятнашки с передачей.  «Собери орехи» | 02.12 | 1 | Обручи  волейб.  мяч | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. |
| 14 | Пятнашки с мячом.  «Повяжу я шелковый платочек» | 09.12 | 1 | Возд.  шары платочки | Активно включаться в общение. | Знать и применять игровые приемы |
| 15 | Бег на выдохе. Бег с палкой – «копьем»  «Дриблинг» | 16.12 | 1 | Возд.  шары | Формирование уважительного отношения к иному мнению. | Знать ТБ. |
| 16 | Игра с веревкой (веревка длиной 3-3,5 м). Прыжки под длинную веревку.  «Пролезь сквозь мешок» | 23.12 | 1 | Кегли, мешки |  | Разучить условия игры. |
| **3 четверть. (8 часов).Народные игры (8 ч.)** | | | | | | |
| 17 | Борьба спинами стоя (маты). «Хоровод с подснежниками».  Русская народная игра «Краски» | 13.01 | 1 |  | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. | Уметь ориентироваться. |
| 18 | Перетягивание палки (палка длиной 60-80 см, толщиной 4-5 см). Перетягивание каната (канат – веревка длиной 20 м, толщиной 3-4 см).  Русская народная игра «Стадо» | 20.01 | 1 |  | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями. | Знать ТБ. |
| 19 | Игра-поиск «Атаманов клад».  Таджикская народная игра «Горный козел». | 27.01 | 1 |  | Активно включаться в общение. | Знать ТБ. |
| 20 | Медведь.  Украинская народнаяигра«Хлебец» | 03.02 | 1 | длинная веревка, посреди которой сделана петля | Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. | Уметь выбирать ведущего, соблюдать условия игры. |
| 21 | Игры с шашкой.  Чеченская народнаяигра«Игра в башню» | 10.02 | 1 | Палки  кегли | Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре другого народа. | Уметь выбирать ведущего, соблюдать условия игры. |
| 22 | «Гори–гори, ясно».Игра «Схоронички».  Дагестанская народнаяигра«Достань шапку» | 17.03 | 1 | шапки | Активно включаться в общение. |
| 23 | Не замай. Сторожевые. «Коршун и наседка».  Бурятская народнаяигра«Волк и ягнята». | **24.02** | 1 |  | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. |
| 24 | Техника безопасности на занятиях. Гонка мячей по кругу. Выиграть время.  Казахская народная игра «Конное состязание» | 02.03 | 1 | Мячи,  палки | Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре другого народа. | Уметь обращаться с мячом, соблюдать ТБ. |
| **Любимые игры детей (10 ч.)** | | | | | | |
| 25 | Подвижная цель. Охотники и утки.  «Увернись от мяча» | **09.03** | 1 | мяч | Активно включаться в общение. | Уметь обращаться с мячом, соблюдать ТБ. |
| 26 | Салки – ноги от земли. Попади в мяч.  «Сильный бросок». | 16.03 | 1 | мяч | Формирование уважительного отношения к иному мнению. | Контролировать свое поведение, ТБ |
| **4 четверть. (6 часов).** | | | | | | |
| 27 | Крепость. Эстафета «под обстрелом». Попади в городок.  «Космонавты». | 06.04 | 1 | Контуры ракет | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями. | Уметь обращаться с мячом, соблюдать ТБ. |
| 28 | Футбол.  «Второй лишний» | 13.04 | 1 | мяч | Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. | Отрабатывать игровые моменты |
| 29 | Альпинисты. Эстафета с лазанием и перелезанием.  «Два мороза» | 20.04 | 1 |  | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. | Отрабатывать игровые моменты |
| 30 | Игра с веревкой. Перетягивание каната. Кто самый ловкий?  «Большой мяч» | 27.04 | 1 | Канат  мячи | Формирование уважительного отношения к иному мнению. | Планировать и оценивать действия. |
| 31 | Пионербол.«Шлепанки» | 18.05 | 1 | мяч | Активно включаться в общение. | Соблюдать правила игры и ТБ |
| 32 | Техника безопасности на занятиях. Побеждают ловкие. Эстафета на горке.  «Прятки» | 25.05 | 1 |  | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями. | Планировать и оценивать действия. |

СОГЛАСОВАНО СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания Протокол заседания

ШМО учителей методического совета

начальных классов МБОУ ТСОШ №3

от 28.08.2019 года №1 от 29.08.2019 года №1

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Зам. директора по УВР

Г.А. Войнова \_\_\_\_\_\_\_\_Н.Ю. Сизова

**Приложение 1.**

**Подвижные казачьи игры**

[***Игра в шапку***](http://azbuka-igr.ru/world_game/kazachi/igra-v-shapku)

**Цель игры:** развитие ловкости, внимания.

На площадке играющие садятся на землю, образуя круг, в центре стоит один из игроков. Сидящие по кругу игроки бросают один другому шапку. Стоящий в кругу должен поймать шапку в тот момент, когда она переле­тает от одного игрока к другому, или попытаться вырвать ее из рук игроков.

**Правила игры:**

* шапку перебрасывают, не соблюдая порядка, взад или вперед;
* если стоящему в кругу удается поймать шапку, то он садится в кругу. А тот игрок, у которого была отнята шапка или который вовремя не пой­мал шапку, остается стоять в кругу.

**Вариант игры:** на ровной игровой площадке один из играющих («болван») садится на землю и ставит на своей голове шапку верхом вниз. Остальные играющие друг за другом перепрыгивают через сидящего, и кто первый свалит шапку, тот садится на место «болвана».

[***Казаки***](http://azbuka-igr.ru/world_game/kazachi/kazaki)

**Цель игры:** развитие внимания, ловкости.

Играющие мальчики выбирают себе начальника, который приказывает им строиться в шеренгу, повора­чиваться, скакать в карьер, схватывать на бегу какой-ни­будь приз, перепрыгивать через барьер или ров. Играю­щие попадают в цель камешками.

**Правила игры:** наиболее отличившиеся в игре и вы­полнении приказаний получают от начальника чины и знаки отличия.

[***Грыбаки (Крестик)***](http://azbuka-igr.ru/world_game/kazachi/grybaki-krestik)

**Цель игры:** развитие скоростной выносливости.

Играющие дети берутся руками попарно и становят­ся пара за парой. Выбираются «грыбаки» — пара, которая становится впереди всех на небольшом от них расстоя­нии. Сначала бежит первая пара игроков, мимо «грыбаков». Бегущие должны бежать в одиночку, не держась за руки. «Грыбаки» ловят и бегут вместе с ними, взявшись за руки.

**Правила игры:**

* если один из бегущих будет пойман «грыбаками», не успев подать руку товарищу, то он и его товарищ становятся «грыбаками», а «грыбаки» ста­новятся позади всех пар;
* если «грыбаки» не поймали ни одного из бегу­щих, то становятся на прежнее место и бежит следующая пара, а та, что бежала, становится позади последней.

[***Каши***](http://azbuka-igr.ru/world_game/kazachi/kashi)

**Цель игры:** развитие ловкости, силовой выносливо­сти.

На игровой площадке дети становятся в кружок и один из них, бросая мяч о землю, говорит: «Дети, каши!» Мяч подскакивает, а играющие пытаются его поймать. Тот, кто поймал мяч, садится верхом на того игрока, который вместе с ним протянул руку к мячу, и снова бьет мяч о землю, остальные игроки стараются его пой­мать и т. д.

[***В три бабки***](http://azbuka-igr.ru/world_game/kazachi/v-tri-babki)

**Цель игры:** развитие ловкости, меткости.

Перед началом игры игроки конаются, т. е. берется палка, один игрок обхватывает ее рукой у нижнего кон­ца, другой берется выше его руки и т. д. Последний иг­рок, взявшийся за конец палки, называется «верх», а дру­гой «низ». «Верхи» бьют, а «низы» идут в поле.

Для этой игры в землю втыкаются три палочки (баб­ки): первая бабка, от которой бьют «битой» мяч, вторая втыкается недалеко от первой, несколько в стороне, а третья — шагов на 30—40 от первой. Играющие бьют по очереди. Бить можно только один раз. Ударивший мяч отходит ко второй бабке, куда идут и другие. Если мяч залетел далеко, стоящие у второй бабки перебега­ют к третьей, а если можно, то бегут и назад. Если же нет возможности бежать назад, то ожидают там удоб­ной минуты, чтобы помчаться к первой бабке. Стоящие в поле стараются ударить мячом кого-нибудь из бегу­щих. Если это им удается, они все бросаются к первой или ко второй бабке, смотря по тому, куда бежать бли­же и удобнее. Побежденные в это время стараются в свою очередь ударить мячом кого-либо из противников, и если им это удается и они вовремя убегут к бабкам, то продолжают бить, а если нет, идут в поле, а низы начи­нают игру. Иногда взаимное выбивание повторяется несколько раз.

**Правила игры:**

* выбивать можно только тогда, когда играющие находятся между второй и третьей бабками; за­бежав за ту или иную бабку, играющий вполне обезопасен от удара;
* кроме удара противника, стоящие в поле получа­ют право бить мяч еще и тогда, когда кто-нибудь из них поймает мяч на лету.

[***Обыкновенный жгут***](http://azbuka-igr.ru/world_game/kazachi/obyknovennyj-zhgut)

**Цель игры:** развитие внимания, ловкости, быстро­ты движения.

Для игры выбирается водящий — жгутчик. Осталь­ные дети садятся на игровой площадке в кружок на не­большом расстоянии друг от друга. Жгутчик ходит кру­гом со жгутом в руке, иногда наклоняется, делая вид, что предложил кому-нибудь из сидящих жгут за спиной. Жгут кладется за спиной на таком расстоянии, чтобы его было удобно достать рукой. Если до того, как жгутчик обойдет один круг, игрок, которому положили жгут, не обнаружит его, то жгутчик поднимает жгут и ударяет им игрока. Этот игрок становится новым жгутчиком, а пре­дыдущий садится на его место. Если же кто-то из сидя­щих игроков найдет жгут за своей спиной, то он встает и бежит за жгутчиком, стараясь нанести ему несколько уда­ров, пока тот не сделает круг и не займет освободившее­ся место.

**Правила игры:**

* играющие не имеют права ни оглядываться, ни передвигаться с места, ни сообщать соседу, что ему положили жгут.

**Вариант игры:** играющие стоят, держа руки за спи­ной. Жгутчик незаметно передает кому-нибудь из игроков жгут, а тот, кто его получает, пытается бить своего соседа до тех пор, пока он не обежит весь круг и не ста­нет на свое место.

[***Просо***](http://azbuka-igr.ru/world_game/kazachi/proso)

**Цель игры:** развитие ловкости, внимания, гибкости.

Это особый вид игры в жгута. Выбирается водящий-жгутчик, которому вручается жгут. Остальные играющие образуют прямую цепь, взявшись за руки, которые при начале игры приподнимаются настолько, чтобы можно было пробегать под ними.

Жгутчик подходит к первому стоящему в цепи и спра­шивает: «Пойдешь просо жать?». Тот отвечает: «А боль­шое просо?» Жгутчик, показывая рукой величину проса, говорит: «Вот такое!». Если жгутчик показывает высокое просо, играющий говорит: «Не достану», а если низкое — «Спины не согну». После этих слов беседующий игрок бежит под поднятыми руками играющих на противопо­ложный конец цепи, а жгутчик преследует его со жгу­том. Если жгутчик догонит игрока и ударит его, то он передает жгут нанимаемому жать, а сам становится в цепь с того конца, куда только что прибежал.

**Правила игры:**

* если жгутчику не удается ударить убегающего иг­рока, то этот игрок примыкает к цепи, а жгутчик подходит с приглашением жать к следующему, игроку и т. д.

**Приложение 1. Бессюжетные игры**

**«Вороны и воробьи»**

На линиях в 3 – 5 м. друг от друга команды располагаются шеренгами спиной друг к другу. Одна команда – «Вороны», другая – «Воробьи». По сигналу «вороны» одноименная команда убегает, а другая старается догнать и «осалить» убегающих до определенной отметки. Побеждает команда, «осалившая» большее число игроков другой команды.

**«Ловишки-перебежки»**

По обеим сторонам площадки проводятся две черты. Группа детей становится на каждой стороне площадки за чертой. На середине между двумя линиями находится ребенок – ловишка. После слов: «Раз, два, три – лови!» - дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит их. Тот, до кого ловишка дотронется, выбывает из игры. После 2 перебежек производится подсчет пойманных и выбирают новых ловишек.

**«Паровозик»**

Направляющий обегает стойку, возвращается и, взяв за руку партнера, повторяет упражнение. Вернувшись, они берут третьего и т. д., пока не пробежит дистанцию вся команда. Побеждает команда, первая закончившая передвижение.

**«Белые медведи»**

Двое водящих берутся за руки, а свободными руками стараются «запятнать» бегущих по площадке детей. Пойманные присоединяются к водящим, образуя тройки, четверки и т. д., и помогают водящим. Игра проводится до тех пор, пока не будут пойманы все играющие.

**«На одной ноге»**

Прыгая на одной ноге, второй ногой постарайтесь прокатить мяч вокруг стола, кресла или провести его по извилистой дорожке: обогнуть расставленные в комнате стулья, кегли или другие предметы – один слева, другой справа. Мяч не должен касаться этих предметов.

**«Петушиный бой»**

Дети перестраиваются в две шеренги. Игроки стоят на линии лицом друг к другу. По сигналу они, передвигаясь на одной ноге, руки за спиной, стараются вытолкнуть соперника за контрольную линию. Подсчитывается количество вытолкнутых, и выигрывает команда, у которой было больше побед.

**«Веселый бег»**

Команды становятся во встречные колонны с одной стороны мальчики, с другой девочки (на расстоянии длины волейбольной площадки). Около направляющего колонны лежит мяч (резиновый) и гимнастическая палка. По команде он зажимает мяч между ногами, берет в обе руки гимнастическую палку и бежит к противоположной колонне девочек. Если по пути теряется один из предметов, игрок должен остановиться, взять предмет таким же способом и продолжить бег. Эстафета заканчивается, когда колонны мальчиков и девочек поменяются.

**«Попади в след»**

На полу рисуется три пары следов. Дети делятся на команды. Перед каждой командой по три пары следов. Необходимо прыгая точно попадать в след. Побеждает та команда, дети которой будут точнее.

**«Землемеры»**

На площадке проводят две линии между стартом и финишем на расстоянии 12-15 м. Играющие делятся на две команды и располагаются с гимнастическими палками на старте. По сигналу они устремляются к противоположной линии, измеряя расстояние палками (при каждом промере кладут палку на землю). Побеждает тот, кто первым достигнет линии финиша, не нарушив правил.

**Приложение 2. Игры – забавы**

**«Охота на тигра»**

Для проведения этой игры требуется мишень – фанерный щит, на котором нарисована голова свирепого тигра, а в пасти вырезано круглое отверстие. Необходимо иметь 5 теннисных резиновых мячей. Задача играющих с 4-5 шагов попасть мячом в отверстие – пасть. Побеждает тот, кто сделает больше точных бросков.

**«Донести рыбку»**

Дети делятся на две команды. На линии старта двум игрокам вручается по две удочки длиной в 1 метр. На конце каждой удочки кладется фанерная рыбка. Удочки держатся одна в правой руке, другая – в левой. Участники должны пронести и опустить «рыбок» в спасательный круг, который находится на линии старта на расстоянии 8-10 метров. Играющие начинают движение одновременно по сигналу судьи. Уронивший «рыбку» должен тут же положить ее на удочки и двигаться дальше. Выигрывает та команда, которая раньше опустит «рыбок» в круг.

**«Черепаха-путешественница»**

Для этой эстафеты каждой команде понадобится пластмассовый таз. Направляющий становится на четвереньки, ему на спину устанавливают таз вверх дном. Получилась черепаха. Теперь она должна пройти путь до кегли и обратно, не потеряв при этом свой «панцирь» - таз. Когда игрок «доползет» до старта, с него снимают «дом» и устанавливают его на спину другого участника. Выигрывает та команда, которая быстрее преодолеет предложенный путь.

**«Собери орехи»**

Дети делятся на команды. Каждой из них даются по 5 обручей и по 1 волейбольному мячу. Обручи кладутся на пол. Причем они могут лежать не по прямой линии. Задача каждой «белки»: пронести «орех» - волейбольный мяч, прыгая с «дерева на дерево» (из обруча в обруч), до отметки и обратно. Вернувшись к себе в «дупло», игрок передает «орех» следующей «белочке». Побеждает та команда, которая быстро и без потерь перенесет «орехи».

**«Повяжу я шелковый платочек»**

Дети делятся на команды. На двух стойках, между которыми натянута веревка, висят на нитках 10-15 надувных шаров, которые разрисованы под матрешек. У каждого игрока небольшой платочек, который необходимо по сигналу повязать на шар. Побеждает та команда, которая быстрее повяжет платочки.

**«Дриблинг»**

Делим класс на две команды. Они разыгрывают между собой эстафету с воздушными шарами. Вести шар к финишу можно только ударяя его об пол, т. е. дриблингом. Побеждает команда, все игроки которой проведут шар к финишу и обратно раньше своих соперников. В команде может быть от пяти до десяти человек.

**«Пролезь сквозь мешок»**

Команды выстраиваются в колонну по одному лицевой линии волейбольной площадки. На линии нападения учитель и его помощники держат мешки без дна, другой край мешка закреплен на обруче. По сигналу игроки поочередно пролезают сквозь мешок, обегают кегли возвращаются обратно с правой стороны.

**Приложение 3. Народные игры (учащихся класса)**

**Русская народная игра «Краски»**

Участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки-краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали его хозяину, он приглашает одного из покупателей.

Покупатель стучит:

Тук! Тук!

- Кто там?

- Покупатель.

- Зачем пришел?

- За краской.

- За какой?

- За голубой.

Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки».

Если же покупатель угадал цвет краски, то краску забирает себе.

Идет второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который набрал больше красок.

Правила игры: Хозяином становится покупатель, который угадал больше красок.

**Русская народная игра «Стадо»**

Играющие выбирают пастуха и волка, а все остальные – овцы. Дом волка в лесу, а у овец два дома на противоположных концах площадки. Овцы громко зовут пастуха: Пастушок! Пастушок!

Заиграй во рожок!

Гони стадо в поле,

Погулять на воле!

Пастух выгоняет овец на луг, они ходят, бегают, прыгают. По сигналу пастуха: «Волк!» - все овцы бегут в дом на противоположную сторону площадки.Пастух встает на пути волка, защищает овец. Все, кого поймал волк, выходят из игры.

Правила игры: Во время перебежки овцам нельзя возвращаться в тот дом, из которого они вышли. Пастух только заслоняет овец от волка, но не задерживает его руками.

**Таджикская народная игра «Горный козел»**

Играющие собираются на площадке. Двух, трех детей назначают охотниками, а остальные – «горные козлы». Дети, изображающие «горных козлов», ходят или бегают по площадке. По сигналу охотники гонятся за ними и стреляют (салят их мячиками). Осаленный «горный козел» садится на скамейку. Это означает, что он пойман.

Правила игры: В одного игрока могут бросить мяч сразу два охотника.

**Украинская народная игра «Хлебчик»**

Все желающие играть, взявшись за руки, становятся попарно (пара за парой) на некотором расстоянии от игрока, у которого нет пары. Он называется хлебчиком.

- Пеку-пеку хлебчик! (Кричит хлебчик)

- А выпечешь? (Спрашивает последняя пара)

- Выпеку!

- А убежишь?

- Посмотрю!

С этими словами два задних игрока в противоположных направлениях с намерением соединиться и встать перед хлебчиком. А тот пытается поймать одного из них до того, как они успеют взяться за руки. Если это ему удается, он вместе с пойманным составляет пару новую, а игрок, оставшийся без пары, оказывается хлебчиком.

Правила игры: Последняя пара может бежать только после окончания переклички.

**Чеченская народная игра «Игра в башню»**

На площадке чертится квадрат размером 50х50. От квадрата на расстоянии 1.5-2 м. проводится черта – это первый полукон, от полукона чертятся еще 6 линий – полуконов с промежутками в один шаг. В центре квадрата устанавливается круглая палочка длиной 15-18 см., диаметром 5 см. Из числа играющих выбирается водящий, остальные поочередно начинают игру с кона, т. е. с последней отметки, стараясь выбить палочку из квадрата. Если играющий выбивает палочку, он бежит за своей битой, а водящий – за палочкой. Если водящий раньше успевает подбежать к квадрату и произнести слово «Башня!», он становится играющим, а играющий – водящим.

Если же раньше к квадрату подбежал играющий и успел сказать «Башня!», он приближается к квадрату на один полукон, а водящий продолжает водить. Игра продолжается до тех пор, пока один из играющих не выйдет на первый полукон, т. е. на первую черту от квадрата.

Правила игры: Промах считается потерей хода.

**Дагестанская народная игра «Достань шапку»**

Игроки делятся на две команды, до 10 человек в каждой. На расстоянии 10-15 м. находятся шапки. Играющие в обеих командах становятся в пары и движутся к шапкам, выполняя разные движения. Сначала двигаются первые пары, затем вторые и т. д. Например, первые пары продвигаются вперед, прыгая на одной ноге, четвертые – в полуприседе и т. д.

Правила игры: Взять шапку имеет право только та пара, которая дошла первой. Побеждает команда, набравшая больше шапок.

**Бурятская народная игра «Волк и ягнята»**

Выбираются: один игрок – волк, другой – овца, остальные – ягнята. Волк сидит на дороге, по которой движется овца с ягнятами. Овца впереди, за нею друг за другом гуськом идут ягнята. Подходят к волку. Овца спрашивает: «Что ты здесь делаешь?» «Вас жду», - говорит волк. «А зачем нас ждешь?» - «Чтобы вас всех съесть!» С этими словами он бросается на ягнят, а «овца» загораживает их.

Правила игры: Ягнята держатся друг за друга и за овцу. Волк может ловить только последнего ягненка. Ягнята должны ловко делать повороты в сторону, следуя за движениями овцы. Волку нельзя отталкивать овцу.

**Казахская народная игра «Конное состязание»**

Игроки парами (конь и наездник) встают на линию старта так, чтобы не мешать друг другу. Первый игрок – конь – вытягивает руки назад – вниз, второй – наездник – берет его за руки, и в таком положении пары бегут до линии финиша. Наездник, первым «прискакавший» к финишу, должен подпрыгнуть и достать платок, подвешенный на стойке.

Правила игры: Соревнование начинается только по сигналу. Платок достает наездник.

**Приложение 4. Любимые игры детей**

***«Увернись от мяча»***

На площадке на расстоянии 10-15 м. чертится две линии. Игроки одной команды встают за этими линиями, игроки другой – посередине. Находящиеся в середине игроки стараются увернуться и не дать попасть в себя мячом игрокам другой команды. Игрок, в которого попал мяч, выбывает из игры. Когда все игроки из середины выбиты, то команды меняются ролями. Побеждает та команда, которая быстрее выбьет соперников.

***«Сильный бросок»***

Дети делятся на команды. Команды стоят в шеренге в 20-30 м. друг от друга. Посередине лежит баскетбольный мяч. Игроки бросают малые мячи вбольшой и стараются перекатить его на сторону противника. Команда, которой это удается, побеждает.

***«Космонавты»***

На площадке в разных частях чертим контуры ракеты. Их должно быть на несколько штук меньше играющих. Все дети берутся за руки. Они идут по кругу со словами: «Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам. На какую захотим, на такую полетим! Но в игре один секрет: опоздавшим места нет!» Как только сказано последнее слово, дети разбегаются, стараясь занять свободное место в «ракете». Опоздавшие собираются в центре круга. Отмечаем тех детей, которые ни разу не опоздали на «ракету».

***«Второй лишний»***

Все желающие играть образуют круг. С внешней стороны круга остаются двое: один водит, другой от него убегает. Когда водящий догонит и «осалит» убегающего игрока, они меняются ролями.

***«Два Мороза»***

Играющие располагаются по одной стороне площадки, на середине двое водящих – два Мороза». Морозы обращаются к ребятам со словами: «Мы два брата молодые, два Мороза удалые!» Один из них, указывая на себя, говорит: «Я Мороз – синий нос». Другой: «Я Мороз – красный нос». И вместе: «Кто из вас решится в путь-дорожку пуститься?» Все ребята отвечают: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!» После этих слов дети перебегают на другую сторону площадки. Водящие стараются «осалить» перебегающих, «осаленные» остаются на том месте, где их «заморозил Мороз».

Во время следующих перебежек играющие могут выручить «замороженных» ребят, дотрагиваясь до них руками. После нескольких перебежек назначаются другие Морозы. Отмечаются те дети, которые не попали к Морозам ни разу, а также лучшая пара водящих.

***«Большой мяч»***

Для игры нужен большой мяч. Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Но он встает за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадет в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середину встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется. Играющие не берут в руки мяч, они перекатывают его ногами.

***«Шлепанки»***

Играющие встают в круг лицом к центру на расстоянии одного шага один от другого. Выбирается водящий. Он выходит в центр круга. Называет по имени одного из детей, бросает мяч о землю так, чтобы он отскочил в нужном направлении. Играющий, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлепает ладонью). Число отбиваний перебрасывается водящему, и игра продолжается, пока кто-то изиграющих не уронит мяч. В этом случае игра начинается сначала. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего. Играющий встает на место водящего только в том случае, если он поднял мяч с земли.

***«Прятки»***

Дети идут играть в парк. Играющие оговаривают, где можно прятаться. Образуем две группы, одна из которых разбегается врассыпную и прячется, а другая пускается на поиски спрятавшихся. Дальше игроки меняются ролями. Нужно оговорить время, в течение которого следует найти всех игроков. (Например, досчитав до 10).

***«Перехватчики»***

На противоположных концах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются в одном из них в шеренгу. В середине лицом к детям находится водящий. Дети хором произносят:

Мы умеем быстро бегать,

Любим прыгать и скакать

Ни за что нас не поймать!

После окончания этих слов все бегут врассыпную через площадку в другой дом. Водящий старается запятнать перебежчиков. Один из запятнанных становится водящим, и игра продолжается. В конце игры отмечаются лучшие ребята, не попавшиеся ни разу.

***«Мельница»***

Все играющие становятся в круг на расстоянии не менее двух метров друг от друга. Один из играющих получает мяч и передает его другому, тот третьему и т. д. по кругу. Постепенно скорость передачи возрастает. Каждый игрок старается поймать мяч. Игрок, который упустил мяч, выбывает из игры. Побеждает тот, кто остается в игре последним.

**Приложение 2.**

**Советы к проведению подвижных игр.**

Там, где подвижная игра, нет места скуке. Эти игры помогают сделать эмоциональную разведку, лучшему общению детей.

Подвижная игра всегда требует от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговоренной в правилах. Особенность подвижной игры – ее творческий и соревновательный характер. В ней проявляется умение действовать вместе с коллективом в меняющихся условиях. Каждая подвижная игра имеет свою игровую задачу: «догони», «поймай», «найди» и др. Не стоит в начале ограничиваться дежурной фразой: «А сейчас мы поиграем в …» Организуя подвижную игру, помните, что лучше, если Вы будете в них участником, как и ребята. Каждая игра имеет свои правила. Четко объясните их. Эффективнее это можно сделать, если одновременно с рассказом Вы покажите действия, т. е. создадите образ предстоящей игры. Если во время игры правила не выполняются, приостановите игру, сделайте комментарий происходящего и покажите, в чем ошибка. В ходе игры будьте эмоциональны и непосредственны. Подбадривайте ребят. Не упустите момент, когда игру лучше завершить. И еще, для некоторых игр требуется несложный инвентарь, приготовьте его заранее. Хорошо подумайте, где Вам лучше организовать игру. Пусть это будет удобное и безопасное место. Часто для проведения игр надо разбиться на команды, держите для этого несколько оригинальных считалок.

**Считалки:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 1. Катился горох по блюду,   Ты води, а я не буду.   * 1. Шла кукушка мимо сети,   А за нею малы дети,  Кукушата просят пить,  Выходи – тебе водить!   * 1. Колокольчик всех зовет,   Колокольчик нам поет  Звонким, тонким голоском:  Динь-бом, динь-бом!  Выходи из круга вон!  4. (На кулаках)  Шла кукушка  Мимо сети,  А за нею малы дети.  Кук-мак,  Кук-мак,  Убирай один кулак! | 1.Пчелы в поле полетели,  Зажужжали, загудели.  Сели пчелы на цветы.  Мы играем – водишь ты!  2.Как у нас на сеновале  Две лягушки ночевали.  Утром встали, щей поели,  А тебе водить велели!  3.Раз, два, три, четыре, пять, -  Мы сейчас хотим играть.  «Да» и «нет» не говорить –  Все равно тебе водить | 1.Тара-Мара  В лес ходила,  Шишки ела,  Нам велела.  А мы шишки  Не едим,  Таре-Маре отдадим!  2.Солнце спряталось за гору,  Зайка в лес,  А мишка в нору.  Кто остался на виду –  Убегай,  Водить иду!  3.Эй, Иван,  Полезай в стакан,  Отрежь лимон  И выйди вон! |