

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

Управление образования Белозерского округа

МОУ «Средняя школа № 1 им. Героя Советского Союза И.П.Малоземова»

РАССМОТРЕНО

Педсовет

№ 1
от «30» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель МС

№ 1
от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы



Куппорева М.И.

Сараева Р.Н.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Игры народов мира»

для учащихся 7-8 лет

Срок реализации: 1 год.

Автор-составитель: Ананьина Елена Николаевна,
учитель начальных классов

г. Белозерск
2023 год

Спортивно – оздоровительное направление

Игровая деятельность

Пояснительная записка

Данная программа кружка «Игры народов мира» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования, на основе комплексной программы физического воспитания (авторы - В. И. Лях, А. А. Зданевич).

Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей).

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метание), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой, соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми в средних и старших классах.

На современном этапе развития школы ученики имеют слабое представление о русских народных играх, забавах, развлечениях, составляющих основу национальной культуры России и физической подготовки их предков. Для преодоления этого недостатка в системе физкультурного образования необходимо внедрить русские народные игры и развлечения в программу по физической культуре младших школьников. Применение элементов русской культуры представляется особенно актуальным потому, что в населении России, отличающемся национальным многообразием, русские доминируют как нация, значительно превосходя по численности остальные народы и народности.

Русские народные игры - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный народностям и регионам. Игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками.

Русские народные игры, танцы, развлечения наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности. Таким образом, русские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности русского народа в физкультурном аспекте деятельности.

В основе предлагаемой программы лежит использование русских народных игр и развлечений в физкультурном образовании младших школьников, основанное на реализации принципа сопряженности двигательного обучения и активизации познавательных процессов через формирование основ русской культуры.

Для реализации программы требуется несложное нестандартное оборудование, которое можно изготовить в условиях школы без больших материальных затрат. Таким образом, программа не требует особых условий для выполнения.

Педагогические возможности преподавания содержания программы «Русские народные игры» будут эффективны, так как учащиеся учатся оценивать свою и чужую деятельность с точки зрения законов природы. А это первый шаг к формированию привычек ведения здорового образа жизни.

Основная функция этой программы - воспитание национального самосознания.

Цель программы:

формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны; содействие укреплению и сохранению здоровья младших школьников; создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств: любви и преданности к Родине.

Задачи программы:

1. Расширять кругозор учащихся, формировать представления об окружающем мире.
2. Содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; развитию психических процессов и свойств личности,
3. Укреплять здоровье обучающихся через игровую деятельность.

Особенности программы:

Предлагаемая учебная программа знакомит учащихся с русскими народными играми, игровыми ситуациями, в которых отражаются национальный аспект, истоки самобытности культуры русского народа. Процесс формирования первичных умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей, ведь детские подвижные игры несут огромную, и может быть самую важную роль в физическом развитии ребенка.

Данная программа разработана на 1 учебный год, предполагает одно занятие в неделю по 35 минут с учащимися первого класса, всего 32 занятия в год.

Возрастная категория учащихся - 7-8 лет.

Содержание учебного курса

№ п/п	Тема раздела	Теория	Практика
1	Техника безопасности	2 занятия по 0,5 часа	-
2	Беседы (Проект)	1 занятия по 0,5 часа	-
3	Игры	-	32
	Итого	33 часа	

Тема 1. Техника безопасности – 2 часа

ТБ при проведении подвижных игр.

ТБ при проведении игр на санках в зимнее время

Тема 2. Беседы - 1 час

Беседа о требованиях к сбору и оформлению материалов для проекта «Наши игры»

Тема 3. Игры – 31 час

Русская народная игра: «Гуси – лебеди», », «Третий лишний», «У медведя во бору».

Русская народная игра: «Ляпки», «Заря».

Игры: «Шемела»

Игры с незначительной психофизической нагрузкой: «Чья лошадка быстрее», «Почтальон».

Русские народные игры: «Водяной», «Матрёшка»

Игра «Воробей».

Русские народные игры: «Золотые ворота», «Алёнушка и Иванушка»

Русские народные игры : «Удочки», «Ручеёк»

Народные игры: «Котёл», «Я тебя знаю»

Русская народная игра : «Салки».

Народная игра «Жабка».

Русская народная игра «Невод», «Садовник»

Народная игра: «Пятнашки на санках»

Русские народные игры: «Редька» , «Месим тесто»

Русские народные игры: «Моргалочки» , «Платочек», «Полено»

Якутская народная игра: «Один лишний».

Русская народная игра «Третий лишний» (сравнение игр).

Знакомство с особенностями игр народов Сибири и Дальнего Востока: «Льдинки, ветер, мороз», «Рыбаки и рыбки».

Русская народная игра: «Воробушек», «Накинь кольцо»

Конкурсная программа «Мы играем», подведение итогов изученных за год игр.

Защита проекта «Наши игры»

Планируемые результаты освоения учебного курса

В результате обучений ученики должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

Универсальными компетенциями:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметными результатами:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

— применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Форма и режим занятий

Подвижные игры, включающие выполнение каких-либо физических упражнений (бег, удары, прыжки) в ответ на следующие друг за другом сигналы, могут эффективно использоваться для развития реактивности, резкости (способности быстро напрягать мышцы), быстроты (способности ускорять быстрое суставное движение).

К формам проведения подвижных игр относятся:

- сюжетные игры, преимущественно коллективные,
- бессюжетные подвижные игры,
- подвижные игры с элементами соревнования,
- игры большой, малой и средней подвижности.

Подвижные игры обладают еще одним достоинством: играющие в зависимости от уровня физической подготовки сами регулируют интенсивность нагрузок, выбирая моменты для отдыха. Существует и негативная особенность подвижных игр. Их соревновательный характер приводит к значительному эмоциональному накалу, мобилизации всех сил и повышению работоспособности, играющие увлекаются и забывают об усталости. Хотя развитие выносливости и предполагает наступление утомления, но руководитель должен по внешним признакам не допускать его крайних форм и вовремя снизить интенсивность и объем нагрузок.

Подвижные игры – хороший активный отдых после длительной умственной деятельности, поэтому они уместны на динамической паузе, по окончании уроков в группах продленного дня или дома, после возвращения из школы.

Форма кружковой работы – групповая.

Формы подведения итогов:

- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере,
- разработать (придумать) свои подвижные игры,
- начать создание картотеки подвижных игр (с привлечением не только обучающихся, но и их родителей).

Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного курса
Игры народов мира

№ п/п Дата	Наименование раздела, темы	Количество часов				Форма занятий	Виды деятельности
		всего	теория	Практика	с/р		
1	Правила ТБ во время игры. Ознакомление с особенностями русских народных игр. Проведение и разучивание игр: «Гуси – лебеди», », «Третий лишний», «У медведя во бору».	1	1	1		Комбинированное (беседа, игра)	Знакомство с техникой безопасности (беседа) Знакомство с новой игрой Правила игры. Обязательны ли они для всех? Игра в группе Подведение итогов игры: слушать и понимать речь других; учиться выполнять различные роли в группе; совместно договариваться о правилах общения.
2	Совершенствование разученных русских народных игр: «Гуси – лебеди», «Третий лишний», «У медведя во бору».	1		1		Игра	Совершенствование правил изученных ранее игр. Игры по желанию учащихся (на выбор)
3	Знакомство с русскими народными играми: «Ляпки», «Заря».	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры
4	Совершенствование разученных русских народных игр: «Ляпки», «Заря».	1		1		Игра	Совершенствование правил изученных ранее игр. Игры по желанию учащихся (на выбор)
5	Проведение и разучивание игр: «Шемела», «Гуси-лебеди»	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры
6	Знакомство с играми с незначительной психофизической нагрузкой: «Чья лошадка быстрее», «Почтальон».	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры
7	Закрепление и совершенствование игр с незначительной психофизической нагрузкой: «Чья лошадка быстрее»,	1		1		Игра	Совершенствование правил изученных ранее игр. Игры по желанию учащихся (на выбор)

	«Почтальон».						
8	Знакомство с русскими народными играми: «Водяной», «Матрёшка»	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры
9	Совершенствование русских народных игр: «Водяной», «Матрёшка»	1		1		Игра	Совершенствование правил изученных ранее игр. Игры по желанию учащихся (на выбор)
10	Знакомство с игрой «Воробей». Повторение изученных игр.	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры Умение слушать и понимать других; учиться совместно договариваться о правилах общения.
11	Разучивание игр: «Золотые ворота», «Алёнушка и Иванушка»	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры
12	Совершенствование разученных игр: «Золотые ворота», «Алёнушка и Иванушка»	1		1		Игра	Совершенствование правил изученных ранее игр. Игры по желанию учащихся (на выбор)
13	Знакомство с новыми играми : «Удочки», «Ручеёк»	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры
14	Совершенствование изученных игр : «Удочки», «Ручеёк». Игры по желанию учащихся	1			1	Игра	Повторение изученных игр Игра в группе Подведение итогов игры Умение слушать и договариваться друг с другом.
15	Разучивание новых игр: «Котёл», «Я знаю»	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры
16	Совершенствование изученных игр «Котёл», «Я знаю»	1		1		Игра	Совершенствование правил изученных ранее игр. Игры по желанию учащихся (на выбор)
17	Знакомство с игрой : «Салки». Повторение изученных игр.	1		1		Игра	Знакомство с правилами новой игры Игра в группе Подведение итогов игры

							Умение слушать и договариваться друг с другом.
18	Разучивание игры «Жабка». Повторение изученных игр	1		1		Игра	Знакомство с правилами новой игры Игра в группе Подведение итогов игры Умение слушать и договариваться друг с другом.
19	Разучивание новой игры «Невод», «Садовник»	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры
20	Правила ТБ. Знакомство с правилами народной игры: «Пятнашки на санках», её разучивание.	1		1		Комбинированное (беседа, игра)	Знакомство с техникой безопасности (беседа) Знакомство с новой игрой Игра Подведение итогов игры
21	Закрепление и совершенствование разученной народной игры: «Пятнашки на санках».	1		1		Игра	Совершенствование правил изученной игры Игра в группе Подведение итогов игры Умение слушать и договариваться друг с другом.
22	Знакомство с новыми играми: «Редька», «Месим тесто»	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры
23	Совершенствование игр: «Редька», «Месим тесто»	1		1		Игра	Совершенствование правил изученных ранее игр. Игры по желанию учащихся (на выбор)
24	Знакомство с новыми играми: «Моргалочки», «Платочек», «Полено»	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры
25	Совершенствование навыков игры: «Моргалочки», «Платочек», «Полено». Проект «Наши игры»	1		1	1	Комбинированное (беседа, игра)	Совершенствование правил игры. Игра Подведение итогов игры Объяснение, как выполнить проект по народным играм, условия выполнения и оформления
26	Знакомство с правилами якутской народной игры:	1		1		Игра	Отличать новое от уже известного с помощью учителя в изученных

	«Один лишний». Русская народная игра «Третий лишний» (сравнение игр).						играх
27	Закрепление и совершенствование разученной якутской народной игры: «Один лишний». Повторение русской народной игры «Третий лишний».	1		1		Игра	Отличать новое от уже известного в изученных играх Сравнение правил двух игр. Игра по группам Итог
28	Знакомство с особенностями игр народов Сибири и Дальнего Востока: «Льдинки, ветер, мороз», «Рыбаки и рыбки».	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры: Почему данный народ играет в эти игры
29	Закрепление и совершенствование разученных игр народов Сибири и Дальнего Востока: «Льдинки, ветер, мороз», «Рыбаки и рыбки».	1		1		Игра	Совершенствование правил изученных ранее игр. Игры по желанию учащихся (на выбор)
30	Разучивание новых игр: «Воробушек», «Накинь кольцо»	1		1		Игра	Знакомство с новой игрой Игра в группе Подведение итогов игры
31	Совершенствование правил игры «Воробушек», «Накинь кольцо» Повторение изученных игр	1		1		Игра	Повторение изученных игр Игра в группе Подведение итогов игры Умение слушать и договариваться друг с другом.
32	Конкурс «Мы играем»	1		1		Спортивный праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки. Подведение итогов выполнения проекта по играм. Показать все знания и умения играть в подвижные игры.

Алгоритм работы с играми.

- Знакомство с содержанием игры.
- Объяснение содержания игры.
- Объяснение правил игры.
- Разучивание игр.
- Проведение игр.
- Итог игры.

Материально- техническое обеспечение программы:

Оборудование:

1. Мячи, скакалки, обручи, малые мячи, матрасы, кегли, мешки, мел, флажки, санки
2. Классная, магнитная доска
3. Музыкальное сопровождение.

Литература :

1. Барканов С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков. Учебно-методическое пособие /Владос, 2001 г. /;
2. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 1993 г.;
3. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры - к спорту, 1985 г.;
4. . Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991г.;
- 5 Литвинова М.Ф. Русские народные игры.-Москва, /Просвещение/ 1986;
6. Панкеев И. Русские народные игры.- Москва,1998;

Приложение 1:

УДОЧКА

Играющие образуют круг. Водящий, стоя в центре, вращает веревочку с привязанным на конце мешочком с песком – удочку. Играющие перепрыгивают через веревочку, когда она проходит под ногами, стараясь не задеть ее. Коснувшийся веревки становится водящим. Детали: Вращение веревки должно производиться не выше уровня колен.

ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ

Играют 10-40 ребят на небольшой площадке. Выбирают двух водящих. Остальные образуют круг, стоя лицом к центру парами: один впереди другого. Начало - как во всех вариантах распространенной игры «Третий лишний»: один водящий убегает от второго и может стать впереди любой пары. Тогда стоящий сзади оказывается третьим, а значит, лишним, и должен убегать от второго водящего. Особенность этой игры в том, что у второго водящего в руке - ремень, пояс или жгут, скрученный из шарфа, платка, просто кусок верёвки. Размахивая ремнём или, наоборот, пряча его за спиной, второй водящий бежит вокруг играющих, стремясь осалить (стегнуть) ремнём первого водящего, прежде чем тот встанет впереди чьей-то пары. Если осалить удалось, надо подбросить ремень вверх и самому убегать, а осаленный должен теперь его догонять, чтобы осалить. Ситуация непрерывно меняется, и всем игрокам приходится быть начеку, особенно стоящим последними в парах.

Правила:

1. Водящие не должны убегать в сторону от круга или пересекать его.
2. Ремень должен быть сравнительно мягким, без узлов или пряжек на конце.
3. Удар ремнём разрешается только один, при том шуточный.
4. Убегающий может становиться впереди любой стоящей пары.

МАТРЁШКА

Парни и девки образуют 2 круга – внутренний (парни) и внешний (девки). Девки держатся за руки и идут по солнцу, парни стоят друг за другом и идут против солнца.

Шла матрёшка по дорожке,

Потеряла 2 серёжки,

2 серёжки, 2 кольца,

*Целуй, девка, молодца
Девки целуют парней
Шла матрёшка по дорожке,
Потеряла 2 серёжки,
2 серёжки, 5 колец,
Целуй девку, молодец
Парни целуют девок*

РУЧЕЕК

Ребята обхватывают друг друга за пояс и становятся гуськом вдоль весеннего ручья. Все поют:

*Разливался родник ключевой,
Белый, снеговой:
По чистым полям,
По синим морям,
По мхам, по болотам,
По зелёным колодам.
Царь едет жениться,
Царевна велит воротиться:
Сама к тебе буду,
Летом — в карете,
Зимою — в возочке,
Весной — в челночочке!*

Затем боком стараются перепрыгнуть ручей, не коснувшись воды. Но при этом каждый мешает своему соседу. Тот, кто коснулся воды, из игры выбывает.

ЗАРЯ

Дети встают в круг, руки держат за спиной, а одному из играющих - "Заря" ходит сзади с лентой и говорит:

*Заря - зарница,
Красная девица,
По полю ходила,
Ключи обронила,
Ключи золотые,
Ленты голубые,
Кольца обвитые -
За водой пошла!*

С последними словами водящий осторожно кладет ленту на плечо одному из играющих, который, заметив это, быстро берет ленту, и они оба бегут в разные стороны по кругу. Тот, кто останется без места, становится "зарей". Игра повторяется. Бегущие не должны пересекать круг. Играющие не поворачиваются, пока водящий выбирает, кому на плечо положить ленту.

РЕДЬКА

Выбираются «попрошайка» и «бабка». За «бабкой» становятся игроки, держась за плечи друг друга. «Попрошайка» обходит колонну с песней:

*Вокруг бабки хожу
У ней редьки прошу:
Бабка – сопливка,
Редька – червивка,
Бабка, бабка, дай редьки!*

«Бабка отвечает»: иди-ка, потяни.

«Попрошайка» идёт в конец колонны, обхватывает последнего игрока за талию и тянет к себе. Все игроки, которых он сумел вытянуть становятся за ним, держась уже за талию друг друга. Задача «попрошайки» вытянуть всю редьку с «бабкой». Та часть команды, которая за "попрошайкой" держат за талию друг друга.

МЕСИМ ТЕСТО

Делаем большой круг. Внутри находится ведущий. Круг сжимается со словами: «Месим, месим, месим тесто...» Когда круг сжался до минимума и стоящих в круге «помесили» кулачками, поднимают руки и круг начинает "раздуваться" (расходимся в разные стороны) со словами: «Дуйся пузырь, раздувайся большой, оставайся такой, да не лопайся». Круг раздувается до тех пор, пока в каком-то месте не порвется. Те 2 человека (или более), которые разорвались, тоже встают в центр круга, и игра продолжается. Игроки, которые находятся в круге могут помогать "пузырю" лопнуть. ;-) Игра заканчивается, когда снаружи "пузыря" никого не останется.

МОРГАЛОЧКИ

Участники становятся в круг попарно (юноша - девушка) так, чтобы один человек стоял впереди другого. Один участник пары не имеет. Его цель - переманить к себе кого-нибудь из стоящих во внутреннем круге, незаметно подмигнув ему (ей). Задача игроков, стоящих во внешнем круге заметить это и вовремя удержать свою «половину». Тот, кто не удержал - водит.

У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ

На площадке чертят две линии на расстоянии 10 метров друг от друга. За одной линией стоит водящий - «медведь», за другой - «дом», в котором живут дети. Дети выходят из «дома» в «лес» собирать грибы и ягоды. Они подходят к медвежьей берлоге со словами: «У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

И на нас глядит».

На последних словах «медведь» выскакивает из «берлоги» и старается поймать убегающих в свой дом детей. Пойманный игрок сам становится «медведем».

АЛЕНУШКА И ИВАНУШКА

Играющие встают в круг и берутся за руки. Выбираются Алёнушка и Иванушка, Иванушке завязывают глаза. Они находятся внутри круга. Иванушка должен поймать Алёнушку. Чтобы это сделать он может звать её: «Алёнушка, ты где?». Алёнушка обязательно должна откликаться: «Я здесь!». Как только Иванушка поймал Алёнушку, их место занимают другие ребята и игра начинается с начала. P. S. У Алёнушки может быть в руках колокольчик, для сложности.

НЕВОД

Игра проходит на ограниченной площадке, пределы которой нельзя пересекать никому из играющих. Двое или трое играющих берутся за руки, образуя «невод». Их задача - поймать как можно больше «плавающих рыб», т. е. остальных игроков. Задача «рыб» - не попасться в «невод». Если «рыбка» не смогла увильнуть и оказалась в «неводе», то она присоединяется к водящим и сама становится частью «невода». «Рыбки» не имеют права рвать «невод», т. е. расцеплять руки у водящих. Игра продолжается до того момента, пока не определяется игрок, оказавшийся самой «проворной рыбкой».

САДОВНИК

А помните милую детскую игру в "садовника"? Для нее малышам потребуются некоторые познания в ботанике. Каждый играющий называется каким-нибудь цветком. Водящий говорит:

Я садовником родился,

Не на шутку рассердился,

Все цветы мне надоели,

Кроме... тюльпана

Названный цветок должен быстро откликнуться:

- Ой!

- Что с тобой?

- Я Влюблен!

- В кого?

- В розу!

Теперь аналогичным образом откликается "роза", и игра продолжается.

ВОРОБУШЕК

По считалке выбирают водящего («воробушка»). Все играющие придумывают для себя названия какого-либо дерева или цветка: тополь, береза, дуб, клен, калина, малина, роза и т. д. Каждый громко называет себя, так как эти названия нужно запомнить. Все, кроме водящего, садятся на стулья в круг. В центре круга ставят стул: это «столбичек», на который и садится водящий – «воробушек». Он сидит «на столбичке» и поет. Остальные играющие могут подпевать.

Чив-чив-чив, воробушек

Сидел-сидел на столбичке,

Слетел-слетел воробушек на малину!

Тот, кто назвался «малиной», должен быстро подхватить песенку:

Чив-чив-чив, воробушек

Сидел-сидел на столбичке.

Слетел-слетел воробушек на березку!

Это продолжается до тех пор, пока кто-нибудь не споет «на столбичек»! Как только прозвучали эти слова, все игроки должны быстро сменить свои места, в том числе и водящий. Только «столбичек» занимать нельзя. Тот, кто останется без места, становится водящим. Он садится на «столбичек», и игра продолжается.

КОТЕЛ

Игра проводится на лужайке. Все участники стоят по кругу и передают волейбольным пассом (сверху или снизу) друг другу волейбольный мяч. Тот, кто совершил ошибку при приеме мяча или неточно его послал, садится в центр круга. Участники игры, передающие мяч по кругу, время от времени сильным ударом направляют его в сидящих. Если мяч не пойман ими и отскочил, он снова вводится в игру. Если же игрок не попал мячом в сидящих, он сам занимает место рядом с ними. Круговой «обстрел» продолжается до тех пор, пока один из сидящих не поймает мяч. Тогда все сидящие встают и занимают места по кругу. А в центр круга идет тот участник игры, чей мяч поймал один из сидящих.

ПЛАТОЧЕК

Все стоят в общем кругу. Ведущий выходит и бросает вверх один или несколько маленьких платочков в зависимости от количества человек. Задача парней – поймать платочек. Если хотя бы один из платочков упал на землю – для не поймавших парней символическое наказание, например, отжаться 10 раз. Далее те, кто поймали платочек подходят к понравившейся девушке и приглашают ее – кладут платочек ей на плечо. Затем под музыку в танце парень должен забрать платочек у девушки, не применяя силу, а девушка также в танце должна уворачиваться и не давать забрать платочек. Примечание – это народная игра и музыка обычно народная звучит. Музыка продолжается пока все парни во всех парах не заберут платочки. Если парень забрал платочек раньше других – танцует вместе с девушкой держась за платочек до окончания музыки.

Затем кто-то один снова бросает вверх все платочки. Помните, что в танце вы демонстрируете грацию, стать, ловкость и непринужденность. Парень просто пытающийся загнать девушку в угол или ведущий себя как с противником на спортивном ринге выглядит также смешно и нелепо как и девушка пытающаяся сберечь платочек пряча его в кулаках или наматывая узлами на пальцы.

ПОЛЕНО

Внешне игра выглядит как хоровод вокруг полена. Участники (примерно от трёх до десяти человек), держась за руки, создают круг. В центре ставится полено. Задача играющих не обронить полено, и в то же время натащить на полено других игроков, вынуждая их затевать полено и в итоге его ронять. Участник, обронивший полено, выбывает из игры. Таким образом, количество игроков сокращается. Так же в игре не разрешается расцеплять ладони. Рассоединившая руки пара игроков выходит из круга. Игра продолжается до выявления победителя.

САЛКИ

«Салки с домом». Для убегающих чертится на площадке «дом», в котором они могут спастись от «салки», но долго находиться там не имеют права. Салки «Ноги от земли».

Спасаясь от «салки», играющие должны оторвать ноги от земли (пола). С этой целью они залезают на какой-либо предмет или садятся, ложатся, подняв ноги вверх. В таком положении «салка» не имеет права их салить.

Салки «Давай руку». В этой игре убегающий от «салки» кричит: «Дай руку!» Если кто-либо из товарищей возьмется с ним за руку, то водящий не имеет права их осаливать. Если же с другой стороны присоединится еще игрок, т. е. их будет трое, водящий имеет право салить любого крайнего.

«Салки-пересекалки». Убегающие могут выручать друг друга, пересекая дорогу между догоняющим «салкой» и тем, кто убегает. Как только кто-либо перебежит дорогу, «Салка» должен ловить его. Тут снова кто-либо стремится выручить товарища и перебегает дорогу, «салка» начинает ловить его, и так все стремятся спасти товарища, за которым бежит «салка». Водящий («салка») должен быстро переключаться и ловить нового игрока, перебежавшего дорогу.

Правила ко всем «Салкам»

Ловить (салить) играющих — значит прикоснуться к кому-либо рукой или определенным предметом (платочком, жгутом, снежком и др.), но не хвататься за игрока и не тащить его. Играющие могут бегать только в пределах установленных границ площадки. Выбежавший за условленную границу считается пойманным и меняется ролью с «салкой»-водящим. Каждый новый «салка»-водящий должен объявлять, что он стал «салкой», чтобы все знали, от кого спастись.

ГУСИ-ЛЕБЕДИ

Все игроки становятся у одной условной линии. Выбирается водящий. Он говорит:

Гуси-гуси

Команда отвечает:

Га-га-га

Водящий:

Есть хотите?

Команда:

Да-да-да

Водящий:

Ну летите!

Команда:

Нам нельзя.

Серый волк под горой,

Не пускает нас домой.

Водящий:

Ну летите как хотите, только крылья берегите!

После этого вся команда перебегает за вторую условную линию. Водящий пытается поймать (не засалить, а именно схватить и удержать) какого-нибудь игрока или даже двух. Тот, кого поймали, присоединяется к водящему, и все повторяется сначала, но ловят уже два игрока остальных. Игра продолжается до тех пор, пока не пойманным не останется один «гусь» — этот игрок и считается выигравшим.

У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ

В игре участвуют дети от 3 до 40 человек. Выбирается один водящий — «медведь», который становится в углу площадки (или помещения). Остальные играющие — дети. Они располагаются на другой стороне площадки в своем «доме». Пространство между «берлогой» «медведя» и детьми — «бор» («лес»). Дети идут в «бор» за «грибами» и «ягодами», постепенно приближаясь к «медведю». Во время сбора «грибов» и «ягод» дети припевают:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру,

Медведь простыл,

На печи застыл!

Последние две строки теперь часто заменяют на:

А медведь сидит

И на нас рычит!

После последних слов «медведь», который до этого притворялся спящим, потягивается и бежит к детям, а они быстро поворачиваются и бегут к себе «домой» или разбегаются в разные стороны, стараясь не попасться «медведю», который стремится поймать их (дотронуться рукой — осалить). Кого «медведь» поймает, тот меняется с ним ролью. Если «медведю» не удастся поймать кого-либо (все ребята спрячутся к себе в «дом»), он идет к себе в «берлогу» и продолжает водить.

Правила

1. «Медведь» не имеет права выбегать и ловить ребят, пока они не скажут последние слова речитатива.
2. Ловить можно только в установленных пределах площадки.

ЖАБКА

Выбирается Жабка. Остальные рисуют круг и становятся на черту. Жабка выходит на середину круга, и с ней переговариваются:

— *Зачем тебе, Жабка, четыре лапки?*

— *Чтобы скакать по травке, вытянувши лапки.*

— *Покажи, Жабка, как ты прыгаешь-скачешь.*

— *А я этак и вот так!*

И Жабка показывает, как она прыгает, а дети, стоящие на линии круга, поют:

Бода-бода-болабода,

Живёт жабка у болота.

Выпуча глаза, сидит,

Громко-громко говорит:

— *Ква-квак, ква-квак,*

А я прыгаю вот так!

Жабка прыгает и пытается «осалить» одного из ребят. А дети, увёртываясь, бегают по линии круга. Кого Жабка коснётся, тот становится новой Жабкой.

Вариант: После слов: «А я прыгаю вот так!» Жабка показывает какое-нибудь движение, которое все остальные должны повторить. Жабка выбирает того, кто лучше всех задание выполнил и тот становится новой Жабкой.

». Его объявляют победителем и в награду отдают все орехи.

Я ЗНАЮ...

Играют мячом любых размеров, но достаточно упругим, чтобы он легко отскакивал от земли. Задача состоит в том, чтобы «чеканить» мяч об землю, т. е. бить по отскачившему мячу рукой, снова посылая его к земле. Ребята любят различные игры, включающие такое упражнение. Участвуют в этой игре девочки и мальчики 6—10 лет (по 2—5 человек), установив очередность по желанию.

Описание Первый по очереди начинает бить мяч рукой об землю, на каждый удар произнося по одному слову условленной фразы: «Я знаю пять...» Далее перечисляются различные предметы (например, цветы, или животные, или названия городов, или имена мальчиков или девочек). Кто ошибется в подборе слов или уронит мяч на землю, тот передает очередь следующему и ждет, когда очередь снова придет к нему. Побеждает тот, кто первым выполнит упражнение. Когда с этим справятся все, задание усложняется (например, длиннее делается цепочка слов, или по мячу бьют тыльной стороной, ребром ладони, или требуется на каждое слово делать еще и шаг вперед).

Правила

1. Считается ошибкой, если играющий назовет большее или меньшее количество предметов, чем было условлено.

2. Если мяч успел дважды удариться о землю прежде, чем по нему ударил игрок, это считается ошибкой и мяч передается следующему игроку.

Игра «ВОДЯНОЙ»

Водяной (водящий) сидит в кругу с закрытыми глазами. Играющие водят вокруг него хоровод со словами: *Дедушка водяной,*

Что сидишь ты под водой?

*Выгляни на минуточку,
На одну минуточку.
Раз, два, три – водяной не спи!*

Хоровод останавливается, «водяной» встает и, не открывая глаз, подходит к одному из играющих. Задача водяного – определить, кто перед ним. Если водяной угадал, он меняется ролью и теперь тот, чье имя было названо, становится водящим. «Водяной» может трогать стоящего перед ним игрока, но глаза открывать нельзя. Для большей сложности «водяной» при последних словах песни раскручивается навстречу движения хоровода.

Р. С. Когда долго играют, то многих уже узнают по одежде, поэтому наши ребята иногда меняются шарфами, или снимают какую-либо деталь одежды, чтобы было посложнее. Приседают пониже или встают на цыпочки. Игра очень веселая. Как правило, в нее играют дольше всех.

ЗОЛОТЫЕ ВОРОТА

3-4 человека участников игры образуют круг, стоя лицом к центру и подняв сомкнутые руки. Через эти «ворота» пробегает цепочка остальных игроков, взявшихся за руки.

Стоящие игроки (ворота) поют:

*Золотые ворота
Пропускают не всегда:
Первый раз прощается,
Второй раз – запрещается,
А на третий раз
Не пропустим вас!*

После слов «не пропустим вас» те, кто образует «ворота», руки опускают. Оказавшиеся внутри круга берутся за руки с образующими круг, увеличивая число «ворот». Не пойманные восстанавливают цепочку и бегут снова. С каждым закрытием ворот бегущих всё меньше. Трех не пойманных участников игры объявляют победителями.

Правила:

1. Игроку, который должен пройти через ворота, нельзя останавливаться перед ними (из-за боязни, что они закроются). Остановившегося считают пойманным.
2. Идущим или бегущим нельзя расцеплять руки. Надо держаться за руку хотя бы с одним игроком. Кто бежит, ни с кем не держась за руки, считается пойманным.
3. Опускать руки («закрывать ворота») можно только при последнем слове песни. Пойманных раньше времени надо отпустить.
4. Во избежании травматизма ☺ не забывайте, что у людей головы не чугунные. Опускайте руки аккуратно.

ЛЯПКИ

Один из играющих – водящий, его называют ляпкой. Водящий бежит за участниками игры, старается кого-то осалить, приговаривая: «На тебе ляпку, отдай ее другому!» Новый водящий догоняет игроков и старается кому-то из них передать ляпку. Так играют в Кировской области. А в Смоленской области в этой игре водящий ловит участников игры и у пойманного спрашивает:

- «У кого был?»
- «У тетки».
- «Что ел?»
- «Клецки».
- «Кому отдал?».

Пойманный называет по имени одного из участников игры, и названный становится водящим. Водящий не должен преследовать одного и того же игрока. Участники игры внимательно наблюдают за сменой водящих.

ШЕМЕЛА

Бег взапуски на корточках, при песне: Не учила меня мать ни ткать, ни прясть, а учила меня мать шемелой играть!

(Бестолковый человек. Шеметать и шеметиться, заниматься бездельем, пустячками, метаться туда и сюда, суесться попусту.)

ПОЧТАЛЬОН

Игра начинается с переключки:

_ Линь, динь, динь.

-Кто там?

-Почта

-Откуда?

-Из города

-А что в городе делают?

(танцуют, поют, прыгают, т.д.) Все должны делать то, что сказал водящий. Кто не делает, отдает фант. Игра заканчивается, когда наберут 5 фантов. Придумывают задания для выкупа фантов. Потом можно снова повторить...

ЧЬЯ ЛОШАДКА БЫСТРЕЕ

Дети сидят на стульях, держа в руках палочки, к которым за шнурки привязаны игрушечные лошадки. Дети находятся на одинаковом расстоянии от игрушек — 15—20 шагов. Выигрывает тот, кто, наматывая шнурок на палочку, заставит быстрее «прискакать» к себе лошадку.

Вариант: наматывая шнурок на палочку, чтобы лошадка «прискакала» быстрее, ребенок подбадривает ее щелчками языка.

ПЯТНАШКИ НА САНКАХ

Играют несколько пар. В каждой из них один играющий везет другого, сидящего на санках. По желанию играющих или по считалке выбирается пара водящих. Водящие стремятся догнать любую другую пару играющих и запятнать одного из них. Салит игрок, сидящий на санках, он делает это только прикосновением руки. Если в паре игрок осален, пара становится водящей. Игра продолжается. Играть надо в пределах очерченной площадки. Пара, заехавшая за границы площадки, становится водящей, игра продолжается. Нельзя салить игроков той пары, которая только что была ведущей.

ОДИН ЛИШНИЙ

Играющие становятся по кругу парами. Каждая пара в кругу располагается по возможности подальше от соседей. Выделяется один ведущий, который становится в середине круга. Начиная игру, ведущий подходит к какой-нибудь паре и просит: «Пустите меня к себе». Ему отвечают: «Нет, не пустим, иди туда...» (указывают на более дальнюю пару). В то время, когда ведущий бежит к указанной паре, все стоящие в паре вторыми меняются местами, перебегая к другой паре, и становятся впереди. Передние уже становятся задними. Ведущий старается занять какое-нибудь из освободившихся мест. Оставшийся без места становится ведущим. Может играть любое количество детей. Меняться парами можно только тогда, когда ведущий бежит в указанном направлении.

ЛЬДИНКИ, ВЕТЕР, МОРОЗ

Играющие встают парами лицом друг к другу и хлопают в ладоши, приговаривая:

- Холодные льдинки,
- Прозрачные льдинки,
- Сверкают, звенят
- Дзинь, дзинь...

Делают хлопок на каждое слово: сначала в свои ладоши, затем в ладоши с товарищем. Хлопают в ладоши и говорят дзинь, дзинь до тех пор, пока не услышат сигнал «Ветер!». Дети-льдинки разбегаются в разные стороны и договариваются, кто с кем будет строить круг – большую льдинку. На сигнал «Мороз!» все выстраиваются в круг и берутся за руки. Выигрывают те дети, у которых в кругу оказалось большее число игроков. Договариваться надо, тихо о том, кто с кем будет строить большую льдинку. Договорившиеся берутся за руки. Менять движения можно только по сигналу «Ветер!»

или «Мороз!». В игру желательно включать разные движения: поскоки, легкий или быстрый бег, боковой галоп и т.д.

РЫБАКИ И РЫБКИ

На полу лежит шнур в форме круга – это сеть. В центре круга стоят трое детей – рыбаков, остальные игроки – рыбки. Дети-рыбки бегают по всей площадке и забегают в круг. Дети-рыбаки ловят их.

Ловить детей-рыбок можно только в кругу. Рыбки должны забегать в круг (сеть) и выбегать из него, чтобы рыбаки их не поймали. Кто поймает больше рыбок, тот лучший рыбак.

НАКИНЬ КОЛЬЦО

На землю кладут доску длиной 2,5-3 м. В ней через каждые 25-30 см высверливают отверстия (всего их 9). В центральное отверстие вставляют вырезанную из дерева фигурку (или колышек). Играющие становятся у противоположных концов доски на расстоянии 1 м от неё и по очереди бросают кольца, стараясь надеть их на фигурку. В случае попадания играющий переставляет фигурку на одно деление ближе к себе. Выигрывает тот, кто сумеет раньше переставить фигурку в крайнее отверстие на своём конце доски.

Приложение 2:

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ИГРЫ:

ГОРЕЛКИ

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо -

Птички летят,

Колокольчики звенят:

Диги - дон, диги - дон,

Выбегай из круга вон!

Горящий стоит спиной к ручейку. Стоящие в последней паре ребята бегут в разные стороны. Их задача - взяться за руки, но уже впереди горящего. Горящий догоняет одного из них. Пойманный становится горящим.

Эту игру из детской забавы можно превратить в вечерошную поцелуйную, когда ручеек образуют пары - парень с девушкой. Горящий - тоже парень. Удастся ему догнать девушку и поцеловать до того, как пара соединится, значит, он забирает ее с собой, образуя новую пару в ручейке. Горит парень, который не сумел встретиться со своей девушкой.

ТРИФОН

*Как у дядюшки Трифона
Было семеро детей,
Они не пили, не ели,
Друг на друга все глядели.
Разом делали вот так!
Как так?*

Стоящий в центре показывает движения (можно под музыку). Все должны проделать то же самое. Водящий выбирает того, кто не успеет или неправильно сделает движение, тот начинает водить

«КОЛЕЧКО».

Дети садятся в ряд на скамейке и складывают ладони «лодочкой». Водящий вкладывает свои ладони в ладони каждого участника игры с первыми строками стиха "Колечко - колечко..."

Одному из них он должен незаметно оставить «колечко». Обойдя всех играющих, водящий заканчивает стишок:

*"Колечко-колечко,
Выйди на крылечко!"*

После слов "Выйди на крылечко!" тот, у кого оказалось колечко, должен вскочить и добежать до водящего. Все остальные, не вставая со скамейки, пытаются, перекрестив руки, его удержать. Если Колечку удалось выскочить, он становится новым водящим.

В СОБАЧКИ

Игра проводится на небольшой площадке или в зале. Участвуют в ней дети (начиная с младшего школьного возраста) и молодежь, от 3 до 30 человек. Играющим требуется мяч . Описание. Участники становятся в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук.

Водящий (по жребию) встает в середину круга. У кого-либо из стоящих по кругу в руках мяч. Играющие перебрасывают мяч по воздуху или перекатывают по земле так, чтобы водящий не мог коснуться его. Бегая в середине круга, водящий стремится дотронуться до мяча, находящегося в воздухе, на земле или в руках у кого-либо из игроков. Если водящему удастся коснуться мяча, то он меняется местом с игроком, бросившим мяч, или с игроком, державшим мяч, когда его коснулся водящий.

Если играющих более 15—20 человек, можно выделить 2—3 водящих. Когда участники хорошо освоят игру, можно ввести усложнение: играющие, все время двигаются по кругу.

Правила

1. Если мяч вылетит из круга, то играющие должны как можно быстрее поднять его и, вернувшись на свои места, продолжать игру.
2. Водящий имеет право касаться не только мяча, находящегося у кого-либо в руках, в воздухе, на земле, но и мяча, вылетевшего за круг.

ЖМУРКИ

«Жмурки» — старинная игра, которая имеет много разновидностей. В нее играют дети всех возрастов. Количество участников обычно от 4 до 25 человек. Во всех разновидностях суть одна: водящий с закрытыми глазами — «жмурка» — должен ловить других игроков и угадывать, кого поймал.

ПЧЕЛЫ

Играющие по считалке выбирают Цветок, а затем делятся на две группы: Сторожей и Пчёл. Сторожа, взявшись за руки, ходят вокруг Цветка и поют:

*Пчёлки яровые,
Крылья золотые,
Что вы сидите,
В поле не летите?
Аль вас дождичком сечёт,
Аль вас солнышком печёт?
Летите за горы высокие,
За леса зелёные —*

На кругленький лужок,

На лазоревый цветок.

Пчёлы стараются забежать в круг, а Сторожа, то подымая, то опуская руки, мешают им. Как только одной из Пчёл удастся проникнуть в круг и коснуться Цветка, Сторожа, не сумевшие уберечь Цветок, разбегаются. Пчёлы бегут за ними, стараясь «ужалить» и «пожужжать» в уши.