


ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
ГИМНАЗИЯ № 1 ГОРОДА НОВОКУЙБЫШЕВСКА
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НОВОКУЙБЫШЕВСК САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
(ГБОУ гимназия № 1 г. Новокуйбышевска)

<p>«РАССМОТРЕНО» на заседании МО учителей начальных классов Протокол № <u>1</u> от «<u>21</u>» <u>августа</u> 2017г. Руководитель лаборатории <u>Баева</u> Н.В. Баева</p>	<p>«СОГЛАСОВАНО» заместителем директора по ВР <u>25</u> «<u>августа</u>» 2017г. <u>Чеснокова</u> Н.А. Чеснокова</p>	<p>«УТВЕРЖДЕНО» приказом директора ГБОУ гимназии №1 от «<u>1</u>» <u>09</u> 2017г. № <u>340</u> Директор ГБОУ гимназия №1 <u>Слепцова</u> Л.Г. Слепцова</p> 
---	---	---

Рабочая программа
внеурочной деятельности
кружка «Подвижные игры»
для обучающихся 1-4 классов.
направление: **спортивно-оздоровительное**

Составитель:
Панкратова Е.Ю.
учитель физической культуры
ГБОУ гимназия №1

2017г

Планируемые результаты

Личностные результаты освоения программы

В результате освоения программы курса «Подвижные игры» у обучающихся будут сформированы: чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

уважительное отношение к культуре других народов;

мотив учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;

этические чувства, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

самостоятельность и личная ответственность за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

эстетические потребности ценностей и чувств;

установка на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты освоения программы курса «Подвижные игры»

овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Познавательные УУД

Обучающиеся приобретут способности к:
формированию навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Регулятивные УУД

Обучающиеся должны уметь:
организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

Коммуникативные УУД

умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

2. Содержание курса

№	Название темы	Форма организации, количество часов	Виды деятельности	Содержание
Первый год обучения				
1	Бессюжетные игры (14 ч)	игра	игровая	Золотые ворота Мышеловка Ведьма
2	Игры – забавы (12 ч)	игра	игровая	Прятки Разбойники Качели
3	Народные игры (12 ч)	игра	игровая	Вот такая я змея! Горячо - холодно Скачки
4	Народные игры (12 ч)	игра	игровая	Соревнования скороходов Выпусти рыбку Кто последний?
5	Любимые игры детей (16ч)	игра	игровая	Стоп! Кегельбан Чур у стенки!
Количество часов всего за первый год обучения		66ч		
Второй год обучения				
1	Бессюжетные игры (14 ч)	игра	игровая	Весёлые силачи Картошка Вышибалы
2	Игры – забавы (12 ч)	игра	игровая	Сыщик, ищи вора Людоед Король

3	Народные игры (12 ч)	игра	игровая	Удочка Невод Стрелой сквозь обруч
4	Народные игры (12 ч)	игра	игровая	Крепкие и надёжные друзья Чижик Коробочки
5	Любимые игры детей (18 ч)	игра	игровая	Ловушки Колокольчик здесь Куча мала Столбы Вьюны
Количество часов всего за второй год обучения		68 часов		
Третий год обучения				
1	Бессюжетные игры (14 ч)	игра	игровая	Клюнь, приз! В шляпе Капитан, корабль, рифы Переход пропасти
2	Игры – забавы (12 ч)	игра	игровая	Охотники Рыбаки Приглашение
3	Народные игры (12 ч)	игра	игровая	Звонарь Утка – Гусь Заяц без логова Перекасти мяч
4	Народные игры (12 ч)	игра	игровая	Боулинг по-русски ПМЖП Стоп, машина!
5	Любимые игры детей (18ч)	игра	игровая	Укротитель диких зверей Зелёная ягодка, красная ягодка Весёлые музыканты

				Почта
Количество часов всего за третий год обучения		68 часов		
Четвёртый год обучения				
1	Бессюжетные игры (14 ч)	игра	игровая	Малечена-калечина Журавли – журавли Ласточки и мошки
2	Игры – забавы (12 ч)	игра	игровая	Сталкивание ладонями Тропинка – команда – кочки Мешочки
3	Народные игры (12 ч)	игра	игровая	Совунья – глазунья Хищник Корзина с фруктами
4	Народные игры (12 ч)	игра	игровая	Совместные усилия Прыгающие воробушки Кто быстрее займёт круг Дай руку
5	Любимые игры детей (18ч)	игра	игровая	Волк во рву Уйди от погони Пятка нос Али – Баба Заколдованный замок
Количество часов всего за четвёртый год обучения		68 часов		

3. Тематическое планирование

№	Название тем	Примерная дата	Общее количество часов	аудит	внеаудит
Первый год занятий					
1-2	Вводное занятие		2	1	1
3-6	Золотые ворота		4	1	3
7-10	Мышеловка		4	1	3
11-14	Ведьма		4	1	3
15-18	Прятки		4	1	3
19-22	Разбойники		4	1	3
23-26	Качели		4	1	3
27-30	Вот такая я змея!		4	1	3
31-34	Горячо-холодно		4	1	3
35-38	Скачки		4	1	3
39-42	Соревнование скороходов		4	1	3
43-46	Выпусти рыбку		4	1	3
47-50	Кто последний?		4	1	4
51-56	Стоп!		6	1	4
57-61	Кегельбан		5	1	4
62-66	Чур у стенки!		5	1	4
Итого за первый год:			66	16	50
Второй год занятий					
1-2	Вводное занятие		2	1	1
3-6	Веселые силачи		4	1	3
7-10	Картошка		4	1	3
11-14	Вышибалы		4	1	3
15-18	Сыщик, ищи вора		4	1	3

19-22	Людоед		4	1	3
23-26	Король		4	1	3
27-30	Удочка		4	1	3
31-34	Невод		4	1	3
35-38	Стрелой сквозь обруч		4	1	3
39-42	Крепкие и надежные друзья		4	1	3
43-46	Чижики		4	1	3
47-50	Коробочки		4	1	3
51-54	Ловушка		4	1	3
55-58	Колокольчик здесь		4	1	3
59-62	Куча мала		4	1	3
63-66	Столбы		4	1	3
67-68	Вьюны		2	0	2
Итого за второй год:			68	17	51

Третий год занятий

1-2	Вводное занятие		2	1	1
3-5	Клюнь приз		3	1	2
6-8	В шляпе		3	1	2
9-11	Капитан, корабль, рифы		3	1	2
12-14	Переход пропасти		3	1	2
15-18	Охотники		4	1	3
19-22	Рыбки		4	1	3
23-26	Приглашение		4	1	3
27-29	Звонарь		3	1	2
30-32	Утка-Гусь		3	1	2
33-35	Заяц без логова		3	1	2
36-38	Перекажи мяч		3	1	2
39-42	Боулинг по-русски		4	1	3
43-46	ПМЖП		4	1	3

47-50	Стоп, машина!		4	1	3
51-55	Укротитель диких зверей		5	1	4
56-60	Зеленая ягодка, красная ягодка		5	1	4
61-64	Веселые музыканты		4	1	3
65-68	Почта		4	1	3
Итого за третий год:			68	19	49
Четвертый год занятий					
1-2	Вводное занятие		2	1	1
3-6	Малечена-калечина		4	1	3
7-10	Журавли-журавли		4	1	3
11-14	Ласточки и мошки		4	1	3
15-18	Сталкивание ладонями		4	1	3
19-22	Тропинка – команда - кочки		4	1	3
23-26	Мешочки		4	1	3
27-30	Совунья-глазунья		4	1	3
31-34	Хищник		4	1	3
35-38	Корзина с фруктами		4	1	3
39-42	Совместные усилия		4	1	3
43-45	Прыгающие воробышки		3	1	2
46-48	Кто быстрее займет круг		3	1	2
49-50	Дай руку		2	1	1
51-53	Волк во рву		3	1	2
54-56	Уйди от погони		3	1	2
57-60	Пятка-нос		4	1	3
61-64	Али-баба		4	1	3
65-68	Заколдованный замок		4	1	3
Итого за четвертый год:			68	19	49

Формы контроля по разделу программы

участие в соревнованиях, массовых праздниках

Материально-технические ресурсы: игровой спортивный зал., площадка для организации народных спортивных игр на открытом воздухе, подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования, медицинская аптечка, мячи, повязки, скакалки, обручи, гимнастические маты, канат, мягкие модули, кегли.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Мышеловка

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Дети становятся в круг, взявшись за руки - это мышеловка. Один или двое детей - «мышки». Они вне круга. Дети, взявшись за руки и подняв их вверх, двигаются по кругу со словами:

Ах, как мыши надоели,

Все погрызли, всё поели!

Берегитесь же, плутовки,

Доберёмся мы до вас!

Вот захлопнем мышеловку

И поймаем сразу вас!

Во время произнесения текста "мыши" вбегают и выбегают из круга. С последним словом "мышеловка захлопывается" - дети опускают руки и садятся на корточки. Не успевшие выбежать из круга "мышки" считаются пойманными и встают в круг. Выбираются другие "мышки".

Ведьма

Количество игроков: любое

Дополнительно: веревка

Из веревочки выкладываем круг. Это - дом ведьмы, в котором один из игроков - ведьма - подстерегает добычу. Остальные ходят на корточках вокруг ведьминога дома.

Когда ведьма выходит наружу, все очень быстро удирают.

Разбойники

Количество игроков: любое

Дополнительно: любые предметы

Прячем в комнате несколько предметов. Вернувшиеся в комнату игроки должны отыскать пропажу.

Соревнование скороходов

Количество игроков: любое

Дополнительно: обувные коробки

Все участники надевают обувные коробки и бегут наперегонки через всю квартиру.

Побеждает тот, кто добежал до конца комнаты первым.

Выпусти рыбку

Количество игроков: 6-12

Дополнительно: бумажные рыбки

Выстраиваются две команды по 3—6 человек, лицом друг к другу на расстоянии 2—4 м. Ведущий вручает первым номерам команд по одной рыбке. Звучит музыка, игроки передают рыбку друг другу. Рыбу следует передавать головой вперед (как она плышет).

Музыка внезапно смолкает. Те участники, у кого в руках оказываются рыбки, — выбывают из игры.

Если в момент остановки игры рыбу держат двое, то выбывает тот, кто держит ее за голову. Вновь звучит музыка и т.д. Так продолжается до тех пор, пока в каждой команде не остается по одному человеку.

Игру можно продолжить — провести соревнование между двумя финалистами и определить одного победителя.

Кто последний?

Количество игроков: 2-3

Дополнительно: гимнастическая палка (черенок швабры) или бельевая веревка

Игра может пригодиться, когда нужно определить водящего.

Играющие по очереди хватаются за палку или веревку, начиная примерно с середины. Выигрывает тот, кто окажется последним.

Стоп!

Количество игроков: любое

Дополнительно: мяч

Выбирается ведущий. Играющие становятся в круг, ведущий – за кругом спиной к игрокам. По команде ведущего игроки начинают быстро передавать друг другу мяч по кругу по часовой или против часовой стрелки. Бросать мяч нельзя, он постоянно должен находиться в руках у кого-то из участников.

Ведущий быстро командует «Стоп!». У кого из игроков в этот момент оказался мяч, тот выходит из игры. Игра продолжается, пока не останется один участник.

Веселые силачи

Количество игроков: двое

Дополнительно: нет

Двое примерно равных по комплекции детей усаживаются спина к спине, крепко упираются друг в друга и пытаются встать в этом положении на ноги (со сцепленными руками или без).

После этого надо снова сесть, так же крепко упираясь друг в друга

Картошка

Количество игроков: любое

Дополнительно: мяч

Мяч должен быть легким, лучше небольшой надувной. Игроки став в круг перекидывают мяч друг другу (ловят или отбивают как в игре "волейбол"), тот кто пропускает или роняет мяч становится "картошкой" - садится на корточки в круг и по нему могут производиться удары мячом.

Если мяч после удара по "картошке" падает на землю, то он не считается пропущенным и игра возобновляется, если "картошке" удастся поймать мяч (наподобие "свечи"), то "картошкой" становится потерявший мяч, а остальные игроки выходят из круга. Последний из двух оставшихся игроков, уронивший мяч на землю, становится первой "жертвой" нового кона.

Вышибалы

Количество игроков: любое

Дополнительно: мяч

Игровое поле (длиной ~8-10 метров очерчено с двух сторон линиями, за которыми стоят вышибалы (водящие), их задача - выбить мячом игроков с поля, мяч подается поочередно от одного вышибалы к другому, существует масса вариантов игроков.

а) вышибалой становится "выбитый" или вновь прибывший игрок.

б) играющие делятся на команды и выбитые игроки уходят с поля пока не будут выбиты все игроки команды, при этом из рук вышибалы может быть поймана "свечка", что означает либо возможность остаться в круге, либо возврат

одного из выбитых игроков на поле.

Сыщик, ищи вора

Количество игроков: любое

Дополнительно: шапка, бумажки, ручки

Итак, в шапку складываются бумажки с ролями: Сыщик, вор, король, судья, палач и т.п.

Игроки наугад вынимают бумажки и только "сыщик" предъявляет то, что ему досталось. Теперь он должен найти "вора" среди игроков, если угадывает - судья наказывает "вора", если нет, то "сыщика", "палач" обязан проследить за исполнением приговора.

Людоед

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Вода ("людоед") сидит с закрытыми глазами и все поочередно его трогают, тот, кого ему удастся схватить за руку, становится "людоедом".

Король

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Игроки встают в круг, водят вокруг водящего ("короля") хоровод со словами:

Шел король по лесу, по лесу, по лесу,

Нашёл себе принцессу, принцессу, принцессу, (король из хоровода выбирает принцессу)

Давай с тобой попрыгаем, попрыгаем, попрыгаем, (всеми выполняются указанные действия)

И ножками подрыгаем, подрыгаем, подрыгаем,

И ножками потопаем, потопаем, потопаем,

И ручками похлопаем, похлопаем, похлопаем,

Головкой покачаем, и снова начинаем... (выбирать принцессу лучше с закрытыми глазами)

Удочка

Количество игроков: любое

Дополнительно: прыгалки

Стоящий в центре водящий раскручивает прыгалки, а остальные, расположившись по кругу, должны вовремя подпрыгнуть, чтобы прыгалки не задели по ногам.

Кто попался на удочку, тому водить.

Невод

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

В эту игру стоит играть, когда народу соберется побольше. Посчитались — кому-то выпало водить: стараться осалить убегающих, уплывающих, увертывающихся от него, ныряющих (под водой салить нельзя!).

Но одному водить недолго придется: тот, кого он осалил, тоже принимается ловить других вместе с ним. Ловцов становится все больше. Вот их стало пятеро — теперь они должны не просто осалить каждого оставшегося, а взять его в кольцо. Но тот может спастись, если поднырнет под руки водящих. И тогда те двое, которые его опустили, выходят из воды на берег. Невод распался.

Игра продолжается до тех пор, пока есть кого ловить. Тот, кто продержался дольше всех, — молодец.

Крепкие и надежные друзья

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Все встают и выстраиваются в затылок в один большой круг.

Дальше надо встать как можно плотнее друг к другу, сделав круг более узким. Затем наступает главная и самая трудная часть. Попробуйте все одновременно согнуть ноги и присесть друг к другу на коленочки. Если получилось, рано радоваться! Теперь постарайтесь удерживаться в таком положении и еще вытянуть руки в стороны.

Чижик

Количество игроков: любое

Дополнительно: мел, палочка

Старший из детей очерчивает на земле мелом или острой палочкой квадрат — "клетку", в ее середине устанавливает камень, на который кладет палочку — "чижик". Все по очереди подходят к "клетке" с другой длинной палкой и бьют по "чижику", который от удара подлетает вверх. Тогда другие игроки бьют "чижика" на лету, стараясь загнать его в "клетку". Правда, нужно быть внимательным, чтобы самому не попасть под удар вместо "чижика".

Коробочки

Количество игроков: любое

Дополнительно: коробка из-под обуви, шарик

Коробку из-под обуви поставьте на гладкую поверхность открытой стороной к игрокам.

Проведите лаггинг (выберите того, кто начнет игру первым).

Отступите от коробки на 5-6 шагов. Если вы освоили приемы игры в совершенстве, можно стрелять и с большего расстояния.

Каждый игрок, соблюдая очередность, делает выстрел таким образом, чтобы шарик катился, как в игре в кегли, по направлению к коробке.

Шарики, не достигшие коробки, остаются там, где они остановились, и считаются упавшими солдатами. Игрок, закативший шарик в коробку, может взять в плен упавших солдат. Если шарик, закатившись в коробку, вылетел назад, он так же считается упавшим солдатом.

Количество шариков, участвующих в игре, обговаривается игроками заранее. Выигравшим считается тот игрок, который наберет наибольшее количество шариков.

У медведя во бору

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Выбирается "медведь", который садится в стороне. Остальные, делая вид, что собирают грибы-ягоды и кладут их в лукошко, подходят к "медведю", напевая (приговаривая):

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

Медведь сидит,

На нас глядит.

(Варианты: Медведь не спит

И на нас рычит!

или: Медведь простыл,

На печи застыл!)

Лукошко опрокинулось (дети жестом показывают, как опрокинулось лукошко),

Медведь за нами кинулся!

Дети разбегаются, "медведь" их ловит. Первый пойманный становится "медведем".

Ловушка

Количество игроков: как можно больше

Дополнительно: нет

Все играющие встают в три круга, взявшись за руки. Крайние идут вправо, средний круг идет влево, хлопая в ладоши. Поют песню. По сигналу (хлопок, свисток) игроки крайних кругов подают друг другу руки, стараясь захватить в капкан среднего. Захваченный встает в один из крайних кругов.

Колокольчик здесь

Количество игроков: трое

Дополнительно: колокольчик, 2 повязки на глаза

В центр круга выходят трое играющих: двум из них завязывают глаза, а третьему дают колокольчик. Играющий с колокольчиком время от времени звонит в него, двое других, бросаясь на звонок, стараются захватить его. Тот, кто с

колокольчиком, искусно маневрируя по кругу, может создавать такие положения, когда играющие с повязками на глазах старательно выслеживают и ловят друг друга.

Если один из преследователей поймают играющего с колокольчиком, они меняются ролями.

Куча мала

Количество игроков: любое

Дополнительно: кубики.

Кубики делятся поровну между игроками. Игроки по очереди выставляют по одному кубику на пол так, чтобы ни один кубик не упал. Если какое-то количество или все кубики упали, игрок, на чей ход это случилось, забирает упавшие кубики себе.

Цель игры - избавиться от своих кубики. Проигрывает тот, у кого последнего остаются кубики.

Столбы

Количество игроков: 15-20 человек **Дополнительно:** мяч

Все встают в широкий круг. Игра начинается с вольной переброски мяча. Всякий, кому брошен мяч, должен поймать его и бросить другим игрокам другим. Лишь только мяч упадет на землю все тотчас же разбегаются в стороны, а уронивший мяч становится водящим. Его задача - как можно скорее поднять мяч, крикнув при этом «стой!» Игроки останавливаются там, где их застал этот возглас. Водящий с места, где поднят мяч, бросает его в ближайшего игрока.

Тому разрешается увертываться от мяча, но ни в коем случае не отрывать ног от земли. Удалось водящему задеть мячом игрока - значит он отыгрался. Игра начинается снова. Если водящий бросил мяч мимо цели, то его за это объявляют «столбом», то есть он должен стоять на месте не двигаясь. Все играющие становятся снова в круг в 5-6 шагах от «столба», и игра возобновляется. Когда наступит момент разбега, «столб», лишенный этого права, остается на месте. Вероятно, в него и будет бросать мяч новый водящий, если остальные далеко разбегутся. При удачном броске он отыгрывается, а «столб» по-прежнему остается там, где стоял.

Игра продолжается. Если водящий промахнется, его самого ставят «столбом», а тот, в кого он бросал мяч, возвращается в круг играющих.

Вьюны

Количество игроков: чем больше, тем лучше

Дополнительно: нет

Играющие встают в круг и приподнимают руки кверху, образуя «воротца». Ведущий объявляет двух рядом стоящих игроков вьюнами. Один вьюн встает в круг и называется «убегающий», другой - за кругом - «догоняющий». Дистанция пробега невелика - нужно один раз обежать круг и встать на свое место, но бежать придется не по прямой, а по извилистой линии, проскальзывая в «воротца» то с одной, то с другой стороны.

По сигналу ведущего оба выюна срываются с места. Если победил, то есть добежал раньше до своего места убегающий, то назначается вместо него выюн, а догоняющий остается прежний. Если догоняющий осалил убегающего, то догоняющий выбирает себе замену, а убегающий выюн остается старый.

Можно игру проводить с разделением на две команды, рассчитав всех стоящих на первые и вторые номера, тогда убегающий и догоняющий выюны выбираются из разных команд, а успех того или другого приносит одно очко его команде.

Клюнь приз

Количество игроков: любое

Дополнительно: марля, петушиная маска с клювом, фрукты, конфеты.

На двух стойках растягивается марля, на ней навешены призы - фрукты, конфеты, печенье и т. д. Игроющему надевают петушину маску с длинным клювом. Глаза прикрываются специальной занавесочкой. Задача играющего - подойти к стойке и «клюнуть» приз. Для ориентировки перед стойкой, на полу, чертится мелом черта.

В шляпе

Количество игроков: любое

Дополнительно: шляпа

Выбирается водящий. Задача водящего — осалить игрока в шляпе. Однако остальные игроки постоянно передают шляпу друг другу. Если игроку передали шляпу, он должен остановиться и надеть ее. Бегать, держа шляпу в руке, запрещается.

Если водящему удалось осалить игрока в шляпе, они меняются ролями. Меняются ролям водящий и игрок, уронивший шляпу на землю или забывший надеть ее на голову.

Чтобы сделать игру более динамичной и интересной, можно ввести в игру нескольких (двух - четырех) водящих и несколько шляп.

Капитан, корабль, рифы

Количество игроков: любое

Дополнительно: повязка на глаза

Из числа игроков выбираются капитан и корабль. Остальные участники рассредоточиваются по поляне изображая рифы. Кораблю завязывают глаза, и он начинает непрерывно двигаться. Цель капитана — провести корабль между рифами на противоположную сторону игровой площадки (для уточнения задачи можно также выбрать игрока, изображающего пирс, к которому должен причалить корабль). Для этого капитан отдает кораблю команды: Направо! и Налево!. Корабль должен поворачивать в соответствии с этими командами, продолжая непрерывно двигаться. Если корабль заденет один из рифов — игра проиграна и выбирается новая пара — капитан и корабль.

Можно попытаться провести игру одновременно для 2—3 пар капитанов и кораблей (при этом для каждого из них

нужно обозначить собственный пирс).

Переход пропасти

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

На земле или на полу чертится линия. Все участники делятся две команды. Игроки одной команды становятся в ряд, боком друг к другу, и берутся за руки. Каждая команда приставным шагом двигается по линии (команды начинают движение с противоположных концов линии). Самое трудное - разойтись по линии, когда команды встречаются (лицом друг к другу). Команда, игроки которой сошли с линии, считается проигравшей.

Для того, чтобы выиграть, разрешается сталкивать игроков противоположной команды.

Охотники

Количество игроков: любое

Дополнительно: три небольших мячика (возможно использовать также сосновые шишки).

Выбираются трое водящих — “охотники”, каждый из них берет по мячику. По команде ведущего все игроки (в том числе и “охотники”) свободно прогуливаются по площадке. Как только ведущий говорит: “Стоп”, игроки должны замереть на месте, а “охотники” (тоже не сходя с места) пытаются попасть мячиком в кого-нибудь из игроков. Те охотники, которым это удастся, меняются с осаленными игроками ролями. Затем игра повторяется.

Кроме того, можно играть на маленькой площадке на выбывание. Игроки, осаленные “охотниками”, покидают площадку. Охотник, который промахнулся, тоже выбывает из игры. Выигрывает последний участник, оставшийся в игре. В этом варианте игры количество “охотников” можно увеличить.

Зволяр

Количество игроков: чем больше, тем лучше

Дополнительно: нет

Дети встают в круг. Считалкой выбирается водящий. Он идет по кругу и приговаривает:

Дили-дон, дили-дон,

Отгадай, откуда звон.

Остальные игроки приплясывают на месте. На слово «звон» водящий поворачивается к игроку, стоящему возле него и, хлопнув в ладоши три раза, кланяется. Игрок тоже хлопает три раза в ладоши, кланяется и встает за водящим. Теперь они вдвоем идут по кругу, приговаривая:

Дили-дон, дили-дон,

Отгадай, откуда звон.

На слово «звон» водящий опять хлопками и поклоном приглашает следующего игрока включиться в игру. Так игра продолжается до тех пор, пока сзади водящего не окажется 4—6 человек.

После этого дети, оставшиеся в кругу, хлопают, а водящий и выбранные им играющие приплясывают. С окончанием музыки водящий и другие играющие должны встать парами. Кому пары не хватило — тот становится водящим.

Утка-Гусь

Количество игроков: любое

Дополнительно: мяч

Дети стоят в кругу, руки держат за спиной. Выбирается водящий, ему дают в руки маленький мячик. Водящий стоит за кругом. На слова: «Утка, утка, утка!» — которые произносит водящий, он идет мимо стоящих к нему спиной детей. На слово «Гусь!» — кладет в руки одному из участников игры мячик. После этого водящий и ребенок с мячиком в руках расходятся в разные стороны.

Они идут шагом, а во время встречи говорят друг другу: «Доброе утро» или «Добрый день», «Добрый вечер», кивают головой и продолжают «путь» до того места, с которого начали движение. Побеждает тот, кто приходит первым. Идти нужно обязательно шагом. Победивший становится ведущим.

ПМЖП

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Игра наподобие жмурок. Несколько детей выбирают ведущего. Он начинает считать про себя буквы: П, М, Ж, П. Любой игрок останавливает ведущего и на какой букве ведущий остановился, ту команду игроки и будут выполнять.

Первая "П" - это жмурки, но игроки могут сделать только 15 шагов. Если игроки сделали 15 шагов, то больше ходить они не имеют права. Ведущий должен ловить игроков.

"М" - это "мертвые" жмурки. Ведущий закрывает глаза и считает до 60. Когда ведущий досчитал до 60, он говорит "стоп", и игроки больше не могут ходить, они должны замереть на месте, а ведущий будет их искать с закрытыми глазами.

"Ж" - это обыкновенные жмурки.

Вторая "П" - это жмурки с прыжками. Игроки должны лишь прыгать, когда ведущий с закрытыми глазами будет их ловить.

Если ведущий поймал любого игрока, то игрок становится ведущим, а ведущий - игроком.

Стоп, машина!

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Ведущий, становясь, как можно дальше к игрокам, спиной. Игроки выстраиваются в шеренгу и по сигналу ведущего, начинают движение к нему. Сигналом может служить слово «старт».

Задача игроков, быстрее всех добежать до ведущего и коснуться его спины. Но во время движения игроков, в любой момент, любой количество раз, ведущий может произнести фразу: «Стоп, машина!!!». И все игроки должны замереть на месте.

Ведущий может обернуться и посмотреть, если он заметит, что кто-то шевелится или улыбается, тот игрок штрафует. Он должен отойти назад на пять шагов или вернуться на исходную позицию (смотря на расстояние). После этого ведущий снова начинает игру и может снова остановить ее в любой момент.

Победивший игрок становится ведущим.

Укротитель диких зверей

Количество игроков: любое

Дополнительно: стулья

В комнате ставятся стулья на один меньше, чем игроков. Все занимают стулья, а один из играющих становится укротителем диких зверей. Остальные же выбирают для себя животных. Укротитель медленно идет по кругу и называет подряд всех животных. Тот, чье животное названо, встает и начинает медленно идти вслед за своим укротителем. Как только укротитель произносит слова «Внимание, охотники!», все играющие, включая укротителя, стараются занять пустые стулья.

Тот, кому места не хватило, становится укротителем диких зверей.

Зеленая ягодка, красная ягодка

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Дети делятся на две команды. На игровом поле чертятся две линии на расстоянии 7—10 м друг от друга. Каждая команда выстраивается в шеренгу за линией лицом к игрокам другой команды. Одна команда получает название «Зеленая», другая — «Красная».

Играющие хором спрашивают ведущего: «Какую ягодку берете? С какого дерева сорвете?» Ведущий отвечает: «Я гулять пойду, красную (зеленую) ягодку сорву!» Если был назван красный цвет, первый игрок команды «Красная» разбегается и пытается прорвать цепь команды противника. Если ему это удалось, он берет к себе в команду одного из детей «слабого звена». Если попытка была безуспешной, остается в противоположной команде.

Та команда, где через определенное в начале время окажется больше играющих, побеждает. Но победа может оказаться очевидной и раньше, если команда сохранит не больше двух игроков.

Веселые музыканты

Количество игроков: 15—20 детей

Дополнительно: 2 комплекта детских музыкальных инструментов (2 бубна, 2 маракаса, 2 трещотки, 2 колокольчика, 2 шумовые коробочки)

Десяти участникам дают в руки по одному из музыкальных инструментов. Звучит веселая музыка. Дети должны передавать друг другу по кругу эти инструменты, они не должны задерживаться ни у кого в руках. Музыка через некоторое время прерывается.

Дети, у которых оказались парные инструменты, остаются для продолжения игры, остальные садятся на места.

Малечена-калечина

Количество игроков: любое

Дополнительно: небольшая палочка

Играющие выбирают водящего.

Каждый игрок берет в руки небольшую палочку (длиной 20-30 см). Все произносят такие слова:

Малечена — калечина,

Сколько часов

Осталось до вечера,

До зимнего?

После слов «До зимнего?» ставят палочку на ладонь или любой палец руки. Как только поставят палочки, ведущий считает: «Раз, два, три, ... десять». Выигрывает тот, кто дольше продержал предмет. Ведущий может давать разные задания: играющие, удерживая палку, должны ходить, приседать, поворачиваться вправо, влево, вокруг себя.

Журавли-журавли

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Вожак журавлиной стаи, который выбирается считалочкой, поет или говорит речитативом следующие слова: "Журавли, журавли, выгнитесь дугой". Все играющие в процессе размеренной ходьбы выстраиваются дугой, держа руки, как крылья. Вожак, убыстряя темп, продолжает: "Журавли, журавли, сделайте веревочкой". Дети быстро, не отпуская рук, перестраиваются в одну колонну за вожаком, который все убыстряет шаги по темпу песни. "Журавли-журавли, извивайтесь, как змея!" - вереница детей делает плавные зигзаги. Вожак поет дальше "Змея, заворачивайся в кольцо", "Змея выпрямляется" и т. д.

Упражнения выполняются во все возрастающем темпе, переходящем в бег, до тех пор, пока вереница не разрушится. Когда играющие запутаются, игру начинают снова.

Ласточки и мошки

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Играющие - мошки - летают по поляне и напевают:

Мошки летают!

Ласточку не замечают!

Жу-жу! Жу-жу!

Зу-зу! Зу-зу!

Ласточка сидит в своем гнезде и слушает их песенку. По окончании песни ласточка говорит: "Ласточка встанет, мошку поймает!" С последними словами она вылетает из гнезда и ловит мошек. Пойманный играющий становится ласточкой, игра повторяется. Мошкам следует летать по всей площадке.

Сталкивание ладонями

Количество игроков: четное

Дополнительно: нет

Игроки стоят напротив друг друга, ноги вместе. Ударами ладоней о ладони соперника, они стараются вывести его из равновесия.

Холодно - горячо

Количество игроков: любое

Дополнительно: любой предмет

Один игрок выходит из комнаты, а оставшиеся прячут какой-нибудь предмет. Водящий должен найти этот предмет, пользуясь подсказками: холодно, тепло, горячо.

Тропинка – команда - кочки

Количество игроков: четное

Дополнительно: нет

Группу детей разбивают на 2 команды. Команда должна действовать согласовано и быстро реагировать на указания водящего. При слове тропинка – встать друг за другом в цепочку, положить руки на плеч впереди стоящего. При слове «команда» - собраться в круг, взяться за руки и поднять их вверх. А при слове кочки – сесть на землю, как можно ближе друг к другу и прикрыть голову руками.

Мешочки

Количество игроков: любое

Дополнительно: табуретка, 4 небольших мешочка

Ведущий в 6-ти шагах от начертанной линии ставит табуретку с ровной поверхностью. В руках у игроков 4 небольших мешочка, набитых песком или горохом.

Задача игроков - кидать мешочки так, чтобы они остались лежать на табуретке. Выигрывает тот игрок, у которого мешочек остается лежать на табуретке.

Совунья-глазунья

Количество игроков: 12-15

Дополнительно: нет

Совунья - это вода. Она говорит: "День наступает, все оживает". Дети веселятся, но вода стоит в определенном месте и не двигается.

Проходит несколько секунд и вода говорит: "Ночь наступает, все засыпает". Все замирают в той позе, которой и были.

Вода встает с определенного места, ходит по залу и смотрит кто двигается, а кто нет. Если кто-нибудь двигается и вода это заметил, то игрок выходит из игры.

Хищник

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Все дети – рыбы, один из них – хищник. Когда взрослый кричит: «Корабль», рыбы укрываются у одной стены, когда кричит «Шторм» - у другой, а при слове «хищник» - начинают спасаться бегством, в то время как хищник обнаруживает себя и начинает их ловить.

Корзина с фруктами

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Дети садятся в круг на расстоянии метра друг от друга на корточки. Каждый называет себя каким -нибудь фруктом: грушей, ананасом, апельсином - кому что по вкусу. Водящий - покупатель стоит в кругу. Ребята спрашивают: "Что ты купил?" Покупатель отвечает, к примеру, так: "Я пришел с рынка, принес яблоко и грушу". Тогда "яблоко" и "груша" быстро меняются местами, а покупатель старается занять место кого -нибудь из них. Тот, кто остается без места, отправляется на базар - становится водящим.

Прыгающие воробышки

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

На полу или земле чертится круг диаметром 4м. Водящая "кошка" становится в середине круга, остальные участники игры "воробы". Они находятся вне круга. По сигналу воспитателя "воробы" начинают прыгать в круг и выпрыгивать из него. Пойманный находится в центре. Когда попадают все "воробы", выбирается новая кошка.

Побеждает тот, кто ни разу не попался, и кошка, сумевшая быстрее других поймать всех "воробышков".

Кто быстрее займет круг

Количество игроков: кратное четырем

Дополнительно: нет

Играющие делятся на 4 группы, берутся за руки и образуют 4 круга. Эти круги должны находиться на одинаковом

расстоянии от нарисованного в центре площадки круга диаметром 2 - 3 м. По сигналу руководителя группы пытаются, не расцепляя рук, как можно быстрее попасть в центральный круг. Разрешается мешать другим группам попасть в этот круг.

Побеждает группа, которой удается прорваться в круг, не расцепив рук.

Дай руку

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Перед игрой дети выбирают территорию, за пределы которой нельзя выбегать. Выбирается один ведущий – салка, остальные игроки вольно перемещаются по площадке. Салка начинает ловить игроков, которые убегают от него, при этом дети стремятся взяться за руки с самым близким игроком. Взявшись за руки, они останавливаются друг другу лицом. В этом случае салка не имеет право их осалить. Если салка догнал одиночного игрока, они меняются ролями.

Волк во рву

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Посреди площадки проводятся две параллельные линии на расстоянии 1 метр одна от другой. Это "ров", один - два "волка" становятся во рву. Все остальные - "козы", размещаются на одной стороне площадки - "пастбище". По сигналу "козы" бегут на "пастбище" и перепрыгивают через ров. "Волки", не выходя из рва, пытаются осалить как можно больше коз. Осаленные отходят в сторону, их подсчитывают. Затем по сигналу козы опять перебегают на другую сторону, в дом, а волки их ловят во рву.

После 2-4 перебежек выбираются новые волки. Выигрывают козы, не пойманные ни разу, и волки, поймавшие больше коз.

Уйди от погони

Количество игроков: любое

Дополнительно: колпак

В начале игры только один игрок имеет на голове "Колпак Петрушки". Его не разрешается удерживать руками. Когда начинается погоня, играющие, догоняя партнера, пытаются снять эту шапку и надеть на себя. Каждый старается удержать колпак на голове подольше.

Побеждает тот, кто продержит дольше колпак, а также большее количество раз завладеет им.

Пятка-нос

Количество игроков: 12-20 человек

Дополнительно: нет

Образуется два круга: внешний и внутренний с одинаковым количеством игроков. Один человек из внутреннего

круга и один из внешнего образуют пару (каждый должен запомнить своего партнёра). По команде ведущего внешний круг начинает бежать по часовой стрелке, а внутренний против. Ведущий будет подавать команды, которые должна выполнить каждая пара, причём очень быстро. Пара, которая окажется последней - выходит из игры.

Например, если ведущий выкрикивает: спина к спине!, значит, пары должны соединиться именно этими частями тела. Пара, которая последней сделает это, выходит из игры. Побеждает пара, которая дойдет до конца.

Команды ведущего могут быть следующие:

ладонь к ладони

ухо к плечу

колени к ладони

пятка к пятке

колени к плечу

локоть к пятке

спина к спине

Али-баба

Количество игроков: любое

Дополнительно: нет

Играющие делятся на две команды и встают, взявшись за руки, лицом к команде противника, на расстоянии 5 –7 метров. Игру начинает одна из команд словами:

- Али-баба!

Вторая команда хором отвечает:

- О чем слуга

Вновь говорит первая команда:

- Пятого, десятого, Сашу нам сюда!.

При этом называется имя одного из игроков команды противника. Названный играющий оставляет свою команду и бежит к команде противника с целью разорвать цепь, т.е. расцепить руки игроков. Если ему это удастся, он забирает в свою команду игрока, расцепившего руки. Если цепь не разорвалась, то он остается в команде противника. Игру команды начинают по очереди.

Побеждает та команда, в которой через определенное время будет больше игроков.

Заколдованный замок

Количество игроков: любое

Дополнительно: повязки на глаза

Играющие делятся на две команды. Первые должны расколдовать замок, а вторая команда - помешать им в этом.

Замком может служить дерево или стена. Около замка находятся главные ворота - двое ребят из второй команды с завязанными глазами. Вообще у всех игроков этой команды глаза должны быть завязаны. Они произвольно, так, как им хочется, располагаются на игровой площадке.

Игроки, которые должны расколдовать замок по команде ведущего начинают бесшумно двигаться к главным воротам. Их задача - незаметно дойти до ворот, пройти сквозь них и дотронуться до замка. При этом игра считается оконченной.

Но задача второй команды с завязанными глазами осалить тех, кто движется к замку. Те, кого осалят, выбывают из игры. По окончании игры ребята меняются ролями.

Перед началом игры надо оговорить одно условие: будут ли ребята из второй команды стоять на месте или они могут передвигаться по площадке.

Методическое обеспечение программы

Для программы используются следующие учебно-методические пособия:

- Старинные русские игры. С.К. Якуб. - М.: Детская литература, 1999.
- Детские подвижные народные игры. А.В. Кенеман. - М.: Просвещение, 2000.
- Игры на открытом воздухе. В.Н. Дмитриев. - М., 1998.