**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Департамент Смоленской области по образованию и науке**

**Муниципальное Образование Краснинский район**

**МБОУ Мерлинская школа**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Пахоменкова С.М.  [Номер приказа] от «30» августа2024 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Горбачёва Н.Н.  [Номер приказа] от «30» августа2024 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

(ID 5502660)

**Подвижные игры**

для обучающихся 3 классов

**Мерлино** **2024**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ **«Подвижные игры» в рамках ФГОС для 3 класса**

Общая характеристика

Неотъемлемой частью жизни ребёнка является игра. С помощью игр дети познают мир, приобретают новые навыки, учатся общаться с окружающими, работать в команде.

Игры помогают с пользой организовать досуг детей, привить им необходимые умения и навыки, развить их физическую силу и интеллектуальные способности.

Программа состоит из теоретической и практической части.

Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 3 класса. Рассчитана программа на 34 учебных часа.

Занятия по данной программе проводятся в форме урока по 45 минут 1 раз в неделю.

Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка.

Особенности набора детей – учащиеся 3 класса с разным уровнем физической подготовленности. Группа здоровья – основная. Количество обучающихся – 4 человек.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**«Подвижные игры» в рамках ФГОС для 3 класса**

Создание условий для сохранения, укрепления и развития физического и психического здоровья младших школьников через игровую деятельность.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ **«Подвижные игры» в рамках ФГОС для 3 класса** В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

**Задачи:**

- ввести младших школьников в мир подвижных игр и научить использовать их при организации досуга;

- обучить правилам игр и других физических упражнений игровой направленности;

- создать условия для формирования умения самостоятельно выбирать, организовывать и проводить игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств проведения игры;

- донести до учащихся национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения в игре того или иного народа;

- содействовать развитию и совершенствованию физических качеств и творческих способностей младших школьников, расширению их кругозора;

- формировать потребность к систематическим занятиям различными видами спортивной и игровой деятельности;

- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как к культурному наследию и к проявлению здорового образа жизни.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ **«Подвижные игры» в рамках ФГОС для 3 класса. Ведущей формой организации обучения является групповая. Содержание программы ориентировано на добровольные одновозрастные группы детей.**

**Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы и описание подведения внеурочной деятельности**

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:

- конкурсы;

- ролевые игры;

- выполнение заданий соревновательного характера;

- оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);

- результативность участия в конкурсных программах и др.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Подвижные игры» в рамках ФГОС для 3 класса**

**Содержание программы**

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

**Теоретический раздел.** Беседы на темы: «Здоровый образ жизни», «Здоровье в порядке - спасибо зарядке!», «Личная гигиена», «Профилактика травматизма», «Нарушение осанки», правила игр.

**Практический раздел**

Русские народные игры**:** «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», Наседка и коршун», «Удар по веревочке»

Подвижные игры: «Волк во рву», «Салки», «Класс смирно!», «Запрещенное движение», «К своим флажкам», «Карлики и великаны», «Найди себе пару», «У ребят порядок строгий», «Кочка, дорожка, копна», «Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», «Космонавты", «Зайцы в огороде»

Игры на развитие памяти, внимания, воображения

«Запомни порядок», «Море волнуется», «Запрещенное движение», «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок»», «Определим игрушку».

Зимой игры на свежем воздухе с лыжами.

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Весёлые старты».

**Разделы программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название раздела | количество  часов |
| 1 | Народные игры | 6 |
| 2 | Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи, логические | 6 |
| 3 | Подвижные игры | 15 |
| 4 | Спортивные игры | 3 |
| 5 | Спортивные праздники | 5 |

**ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**Личностными результатами** программы является формирование следующих умений:

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;

- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;

- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

***Метапредметными*** результатами является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД)

***Регулятивные УУД:***

- планировать общую цель и пути её достижения;

- формулировать собственное мнение и позицию;

- распределять функций и роли в совместной деятельности;

- конструктивно разрешать конфликты;

- осуществлять взаимный контроль;

- оценивать собственное поведение и поведение партнёра и внесение необходимых коррективов;

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

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

- различать способ и результат действия;

- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.

***Познавательные УУД:***

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;

- устанавливать причинно-следственные связи.

***Коммуникативные УУД****:*

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе.

**Предметные результаты:**

– формирование первоначальных представлений о значении двигательной активности для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Содержание занятия | Развитие и формирование качеств у учащихся | Дата |
| Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи (6часов) | | | |  |
| 1 | Игры на внимание «Класс, смирно!» | Беседа: «Здоровый образ жизни». Правила игр. Строевые упражнения | Формирование  понятий о мире движений, их роли в сохранении здоровья |  |
| 2 | Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны» «Запомни - порядок» | «Личная гигиена» Правила игр. | Развитие внимания и памяти |  |
| 3 | Логические игры | Игры  «Не забудь друга»  « Цветы. деревья, птицы» | Развитие внимания и памяти |  |
| 4 | Игры на развитие воображения. | Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение». | Развитие воображения, речи |  |
| 5 | Игры на развитие памяти | «Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание. | Развитие ловкости и внимания, памяти |  |
| 6 | Игры на развитие мышления и речи. | Игры  «Угадай чей голосок»»,  «Определим игрушку». | Развитие внимания, памяти и речи |  |
| Народные игры ( 6 часов) | | | |  |
| 7 | Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки» | Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. | Развитие ловкости, быстроты, внимания |  |
| 8 | Русские народные игры: «Зайка»,  «Прыгание с перевязанными ногами» | Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. | развитие ловкости, быстроты, внимания ; |  |
| 9 | Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун» | Правила игры. Проведение игры. | развитие ловкости, быстроты |  |
| 10 | Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив». | Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. | развитие ловкости, быстроты, внимания |  |
| 11 | Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей» | Правила игры. Проведение игры. | развитие ловкости, быстроты, внимания |  |
| 12 | Русская народная игра « Удар по веревочке» | Правила игры.  Проведение игры. | развитие быстроты и ловкости |  |
| Подвижные игры (15 часов) | | | |  |
| 13 | Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты» | Беседа: «Здоровье в порядке – спасибо зарядке!». Знакомство с правилами и проведение игр | Формирование ЗОЖ. Развитие ловкости, быстроты, внимания. |  |
| Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами | Беседа: «Нарушение осанки».   Эстафеты с обручами. | Развитие ловкости, быстроты, внимания |  |
| 14 | Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты  с баскетбольным мячом. | Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о  физ. Качествах сила , быстрота, ловкость. | Формирование понятий сила , быстрота, ловкость. |  |
| 15 | Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка». | Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. | развитие глазомера и точности движений |  |
| 16 | Весёлые старты со скакалкой. | Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой. | развитие  прыгучести и ловкости; |  |
| 17 | Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде» | Игры с мячом: ловля, бросок, передача. | развитие скоростных качеств |  |
| 18 | Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву», | Проведение игры. Формирование правильной осанки | Укрепление осанки |  |
| 19 | Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам» | Правила игры. Проведение игры. | Развитие скоростных качеств |  |
| 20 | Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель». | Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель. | Развитие глазомера и точности движений |  |
| 21 | Эстафеты на лыжах | Проведение зимних эстафет. | Развитие скоростных качеств |  |
| 22 | Игры  на лыжах  «Биатлон» | Правила игры. Проведение игры. | Развитие глазомера и точности движений |  |
| 23 | Игры зимой:«Охота на куропаток» | Игры со скакалкой, мячом. | Развитие выносливости и ловкости |  |
| 24 | Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов» | Построение. Строевые упражнения перемещение. | Развитие силы и ловкости |  |
| 25 | Игра «Салки с мячом». | Правила игры. Проведение игры. | Развитие быстроты, внимания |  |
| 26 | Игра «Прыгай через ров» | Совершенствование координации движений. | Развитие координации движений |  |
| Спортивные игры | | | |  |
| 27 | Пионербол | Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. | Развитие скоростных качеств |  |
| 28 | Пионербол | Игровые правила. Отработка игровых приёмов. | Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты |  |
| 29 | Пионербол | Проведение игры. | Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты |  |
| Спортивные праздники | | | |  |
| 30 | Спортивный праздник. | Игры, эстафеты | Развитие силы и ловкости |  |
| 31 | Весёлые старты | Эстафеты с предметами | Развитие силы и ловкости |  |
| 32 | Весёлые старты | Эстафеты с предметами и без | развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты |  |
| 33 | Спортивный праздник  «Фестиваль подвижных игр» | Эстафеты с мячами | развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты |  |
| 34 | Игры по выбору детей | По желанию детей | развитие выносливости и скоростных качеств |  |
|  |  |  |  |

**Методическое обеспечение.**

1. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы   - М.:Просвещение, 2013 г.,

2. Н.В. Студенецкий. Весёлый отдых, Искусство

3. С.О. Чебаева, Игры дома и на улице – М.:АСТ, 2011

**Игры в начальной школе**

**Приложение 1**

**Логические игры**

**«Не забудь друга»**

Игроки разбиваются на пары. Встают друг напротив друга и в течении 5 секунд изучают внешний вид друг друга. После этого игроки поворачиваются спиной друг к другу и по очереди описывают внешность своего напарника: что на нём надето, цвет волос, цвет глаз, рост и тому подобное.

**«Цветы, деревья, птицы»**

Из числа участников выбирается ведущий. Остальные игроки встают в круг, вытянув руки вперёд. Ведущий встаёт в круг и старается хлопнуть кого-нибудь по руке, однако каждый имеет право руку убрать. Хлопая по руке, ведущий называет одно из слов: «Цветы», «дерево», «птица» и считает до 3-х. Прежде чем ведущий закончит счёт, игрок должен назвать цветок, дерево или птицу. При этом нельзя повторять слова, названными другими участниками. Если игрок не ответит или повторится, он становится ведущим.

**Игры на внимание.**

**«Класс, смирно!»**

 Играющие строятся в одну шеренгу. Руководитель стоит лицом к детям.

Содержание игры. Руководитель подает различные строевые ко­манды, которые дети должны исполнять в том случае, если руко­водитель предварительно перед командой скажет слово «Класс». Если слово «Класс» не произнесено, исполнять команду нельзя. Тот, кто ошибся, делает шаг вперед и продолжает играть. После второй ошибки делает еще один шаг вперед и т.д. Игра продолжа­ется примерно 3 мин.

Побеждают те, кто по окончании игры остались в исходном положении.

**«Карлики, великаны»**

Дети стоят вокруг ведущего, который рассказывает, что есть на свете совсем маленькие люди - карлики, а есть огромные - великаны. Когда ведущий произносит: «Карлики!», он приседает на четвереньки, опускает руки, всем своим видом показывая, какие это маленькие люди. Даже слово «карлики» он произносит тоненьким голосом - вот такие они крохотные.

А когда говорит «Великаны!», голос его грубеет, ведущий встает во весь рост, да еще руки вытягивает вверх - такие они огромные. Детям эта игра ведущего очень нравится, они смеются и тоже вытягиваются во весь рост - «великаны» и садятся на четвереньки - «карлики».

Когда ребята научились правильно выполнять команды, ведущий предупреждает, что сейчас он увидит, кто самый внимательный.

Ведущий: Запомните, дети, правильные команды: «Карлики!» и «Великаны!». Все остальные мои команды выполнять не надо. Тот, кто ошибется, - выбывает из игры.

Сначала ведущий дает правильные команды, а потом слова «карлики» и «великаны» заменяет на похожие. Побеждает тот, кто меньше всех ошибся.

**«Запомни порядок!»**

4-5 играющих выстраиваются друг за другом в произвольном порядке. Водящий, посмотрев на детей, должен отвернуться и сказать, кто за кем стоит. Затем водящим становится другой.

**«Море волнуется»**

Водящий произносит:

Море волнуется — раз,Море волнуется — два,Море волнуется — три,Морская фигура на месте замри!

Пока водящий говорит, все бегают и дурачатся, а на слове «замри» замирают, изображая какие-нибудь фигуры, не обязательно морские.

Водящий подходит к каждому застывшему. Он старается рассмешить или другими способами заставить пошевелиться. Кто пошевелится — проиграет.

**«Запрещенное движение»**

Определяется ведущий. Если игра проводится с дошкольниками, то руководить процессом должен педагог. Дети младшего возраста еще не смогут выполнить функции ведущего в такой деятельности. Обсуждается "запрещенное движение", то есть такое, которое нельзя будет выполнять во время игры. Например, это может быть хлопок руками, приседание или прыжок на одной ноге. Важно при выборе такого движения учитывать возраст участников - чем старше дети, тем оно должно быть сложнее. Дети становятся в полукруг, ведущий - напротив них. Педагог начинает показывать различные движения. Задача участников - повторить все, кроме предварительно обозначенного "запрещенного движения". Тот, кто ошибся, выбывает из игры. Побеждает последний оставшийся участник.

**«Угадай чей голосок»**

Играющие становятся в круг. Один из играющих становится в середине и закрывает глаза. Руководитель указывает на того, кто будет петь или говорить «скок, скок, скок».

**Описание игры.**

Все играющие идут по кругу вправо и поют (или говорят):

Мы составили все круг,

Повернемся разом вдруг.

На последние слова все поворачиваются вокруг себя: «Скок, скок, скок». Эти слова поет или говорит один, кому заранее предложил руководитель. Песню заканчивают словами: «Угадай, чей голосок?»

Стоящий в центре с закрытыми глазами должен отгадать, кто пел, или же указать то направление, откуда ему послышался голос.

Узнанный идет в середину. Если водящий не угадает, он продолжает стоять в середине круга.

**Правила.**

1. Слова «скок, скок, скок» поет или говорит только один, стоящий в круге.

2. Водящий не имеет права открывать глаза до тех пор, пока не закончится песня.

**«Два Мороза»**

Перед началом игры выбирается и очерчивается площадка шириной примерно как в [**вышибалах**](https://bosichkom.com/%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B-%D0%B4%D0%BB%D1%8F-%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9/%D0%B2%D1%8B%D1%88%D0%B8%D0%B1%D0%B0%D0%BB%D1%8B).

На расстоянии 3-4 шагов от каждого края площадки проводится еще одна черта. Огороженные места теперь будут называться **домиками**, а место между ними — **улицей**.

[Выбираются](https://bosichkom.com/%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B-%D0%B4%D0%BB%D1%8F-%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9/%D1%81%D1%87%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%BA%D0%B8-%D0%BD%D0%B0-%D0%B2%D0%BE%D0%B4%D1%8F%D1%89%D0%B5%D0%B3%D0%BE) двое **водящих**, один — **Мороз-красный-нос**, другой — **Мороз-синий-нос**. При наличии цветных носов на резиночке восторгу вообще не будет конца.

**Морозы** становятся посреди площадки — улицы, остальные дети прячутся в один из домов.

**Морозы** хором произносят:

Мы два брата молодые,  
Два мороза удалые:  
Я — мороз Красный нос,  
Я — мороз Синий нос  
Кто из вас решится  
В путь дороженьку пуститься?

Все дети хором отвечают:

Не боимся мы угроз  
И не страшен нам мороз!

После этих слов дети пытаются перебежать на противоположную сторону площадки, в другой дом.

Водящие **Морозы** стараются их **осалить** — **«заморозить**».

Игроки, настигруные **Морозами**, останавливаются, замерев — они замерзли, пострадали от мороза. Остальные ребята собираются в доме, **Морозы** повторяют свою кричалку, ребята свою, и опять перебегают через улицу в противоположный дом.

Морозы также пытаются их осалить. Только теперь игроки могут размораживать своих осаленных друзей, коснувшись их рукой. Вырученные игроки **«отмирают»** и убегают за черту вместе с другими игроками.

Через некоторое время выбираются новые водящие-Морозы и игра начинается сначала.

**Приложение 2**

**Русские народные игры**

**Большой мяч**

Игра, в которой необходимо образовать круг. Дети берутся за руки, и выбирается один водящий, который становится в центр круга и около его ног находится большой мяч. Задача игрока, находящегося в центре, ударом ноги по мячу вытолкнуть его за пределы круга. Тот игрок, который пропускает мяч, выходит за пределы круга, а тот, кто попал, становится на его место. При этом все поворачиваются спиной к центру круга и стараются не пропустить мяч уже в центр круга. Важным условием является то, что мяч в течение всей игры нельзя брать в руки.

**Горелки**

Для этой игры необходим водящий, его и выбирают до начала игры. Все остальные образуют пары, преимущественно мальчик – девочка, а если в игре принимают участие и взрослые, то мужчина- женщина. Пары встают друг за другом, а водящий спиной к первой паре на определенном расстоянии и ему строго воспрещается оглядываться назад. После кто-то один или все вместе начинают приговаривать: "Гори, гори ясно! Чтобы не погасло. Взглянь на небо, там птички летают!" (Встречаются и другие рифмовки).  После чего водящий смотрим в небо. После чего задняя пара бежит через стороны вперед, один человек через правую сторону, другой через левую сторону. Задача задней пары постараться встать перед водящим, взявшись за руки. Водящий старается поймать или хотя бы осалить одного из передвигающейся пары. Если это происходит, тот, кого осалили, становится водящим, а "старый" водящий занимает его место в паре. Игра продолжается до потери интереса или появления усталости у игроков.

**Удар по веревочке**

Для игры необходима замкнутая в круг веревочка. Игроки берутся обеими руками за веревочку с внешней стороны. Выбирается один водящий, который должен находиться в центре круга, образованного веревочкой.

Цель водящего – посалить, т.е. ударить по руке одного из играющих находящихся с внешней стороны круга. Те, кто находятся с внешней стороны круга, во время атаки водящего могут отпустить от веревочки только одну руку. Если играющий отпускает от веревочки две руки или по одной из них попадает водящий, то уже именно он становится в круг и игра продолжается дальше.

**Зайки**

Игра проводиться на открытом пространстве. Из всех игроков выбирается один охотник, все остальные изображают зайцев, стараясь прыгать га двух ногах. Задача охотника поймать самого не проворного зайца, осалив его рукой. Но в игре существует одно немаловажное условие, охотник не имеет права ловить зайца, если тот находится на "дереве". В контексте данной игры деревом будет являться любая щепочка или же пенек. Это условие сильно усложняет охотнику жизнь, что часто во время игры приводи его в негодование. Однако, как только удается осалить одного из зайцев, он тут же становится охотником, принимая на себя незавидную обязанность – ловить зайцев.

**Прыганье со связанными ногами**

Всем участникам завязываются ноги плотной широкой веревкой или платком. После чего все становятся около исходной линии и по сигналу начинают прыгать в сторону финишной черты. Победителем является тот, кто быстрее всех преодолел расстояние. Расстояние не должно быть слишком большим, так как прыгать с завязанными ногами достаточно тяжело.

**Растеряхи**

Дети, принимающие участие в этот игре, становятся в один ряд, берутся за руки, образуя тем самым цепочку. По правую сторону цепочки назначается вожак, который по команде начинает бег со сменой направления и вся цепочка начинает движение за ним. Однако никто кроме вожака не знает направления движения, поэтому достаточно сложно удержать равновесие и не рассоединить цепочку. Чем дальше игрок находится от вожака, тем ему сложнее удержать равновесие, не упасть или не разорвать цепь.

**У медведя во бору**

Игра для самых маленьких. Из всех участников игры выбирают одного водящего, которого назначают "медведем". На площадки для игры очерчивают 2-ва круга. 1-ый круг – это берлога "медведя", 2-ой – это дом, для всех остальных участников игры.

Начинается игра, и дети выходят из дома со словами:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

И на нас рычит.

После того, как дети произносят эти слова, "медведь" выбегает из берлоги и старается поймать кого-либо из деток. Если кто-то не успевает убежать в дом и "медведь" ловит его, то уже сам становится "медведем" и идет в берлогу.

**Укротитель диких зверей**

На игровой площадке ставятся пеньки по кругу или мягкие коврики, если это зал. Пеньки (коврики) кладутся по кругу, но на один меньше, чем игроков, принимающих участие в игре. Тот, у кого нет пенька – это укротитель зверей, а все остальные звери. До начала игры дети выбирают, кто будет волком, кто лисой, а кто зайцем. Звери садятся на пеньки. Укротитель зверей идет по кругу с внешней стороны и называет кого-то из зверей. Тот, кого назвали, встает и идет за укротителем. И так укротитель может назвать несколько зверей, они встают и идут за вожаком. Как только укротитель говорит: "Внимание, охотники", звери и укротитель стараются сесть на свободный пенек. Тот, кому свободного места не находится, становится укротителем и игра продолжается

**Гуси**

Дети делятся на 2-ве команды. В центре площадки чертится круг. Игроки, по одному от команды, выходят в круг, поднимают левую ногу назад, берутся за нее рукой, а правую руку вытягивают вперед. По сигналу игроки начинают толкаться ладонями вытянутых рук. Побеждает игрок, которому удастся вытолкнуть соперника за пределы круга или же если соперник встанет на обе ноги. Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед.

**Волки во рву**

Для этой игры потребуются "волки", не более 2-х, 3-х человек, а все остальные дети назначаются "зайцами". В центре площадки чертится коридор шириной около 1-го метра (ров). "Волки" занимают пространство внутри коридора (рва). Задача "зайцев" – перепрыгнуть ров и не быть осаленными одни из "волков". Если "зайчика" осалили и он попадается, ему следует выйти из игры. Если во время прыжка "заяц" ногой наступил на территорию рва, то он провалился и тоже выходит из игры.

**Переездной конь**

В игре могут с успехом принимать участие, как взрослые, так и дети, особенно во время массовых праздников. Все участники делятся на две команды: одни – "кони", другие – "наездники". "Наездники" садятся на "коней" и образуют круг. Одному из "наездников" вручается мяч. "Наездники" передают мяч по кругу в ту или иную сторону, например, вправо. И нужно, чтобы мяч прошел несколько кругов, по договоренности до игры. После чего команды меняются местами, но, как правило, игра складывается иначе. Если во время переброски мяча он оказывается на земле, то команды моментально меняются местами: "кони" становятся "наездниками", а "наездники" – "лошадками".

**Бой петухов**

Игра проводится практически по тем же правилам, что и игра Гуси. Основное отличие заключается в том, что игроки, прыгая на одной ноге, закладывают руки за спину и толкаются не ладошками, а плечо в плечо. Побеждает игрок, которому удастся вытолкнуть соперника за пределы круга или же если соперник встанет на обе ноги. Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед.

**12 палочек**

12 палочек – игра, в которой могут принимать участие большое количество детей. Важным условием ее проведения, является местность, на которой она проводится. Должно быть много кустов, деревьев или иных укрытий, так, чтобы была возможность спрятаться. Все игроки должны знать друг друга по именам. Для игры потребуется доска длиной около 50-80 сантиметров, 12 коротких палочек (длина около 15 сантиметров) и круглое бревнышко. Доска кладется на бревнышко, а палочки на один край доски. Получается конструкция, похожая на качели.

Из всех игроков, выбирается водящий. Он закрывает глаза, считает, например до 20-ти. Все остальные игроки должны спрятаться. Палочки лежат на бревнышке. Водящий должен найти игроков, но, не забывая о палочках. Как только он кого-то находит, то должен назвать имя игрока, подбежать к доске и ударить ногой по противоположному от палочек концу, так, чтобы они разлетелись, после чего может прятаться, а водящим становится тот, кого нашли. Игра продолжается дальше.

Если водящий далеко ушел от доски с палочками, то кто-то из тех, кто прячется, может подбежать и ударить по доске, так, чтобы палочки разлетелись. В этом случае, водящий должен собрать палочки и лишь потом, идти искать других участков игры.

**Удочка (Рыбка, Поймать рыбку)**

Все игроки образуют круг. Выбирается один водящий, который становиться в центр круга. Водящему выдается веревочка. Водящим может быть и взрослый. Водящий начинает вращать веревочку. Задача всех игрок в кругу перепрыгнуть через нее и не быть пойманными. Вариантов развития игры 2-ва.

1-ый вариант: без смены водящего (взрослый). В данном случае те, кто попался на удочку, выбывают из игры и выходят за пределы круга. Игра проводится до тех пор, пока в кругу не останутся самые ловкие и прыгучие дети (3-4 человека). 2-ой вариант: со сменой водящего. Та "рыбка", которая попадается на удочку, занимает место в центре круга и становится "рыбаком".

**Наседка и коршун**

Перед началом игры из всех ее участников выбирают 2-ух самых крепких: один назначается коршуном, другой назначается наседкой. Все остальные – это цыплята. Коршун находится в сторонке и по старинным русским правилам вырывает маленькую ямку. За наседкой, друг за другом, становятся цыплята и берут друг друга за талию. После чего матка с цыплятами подходят к коршуну, и матка начинает приговаривать: «Коршун! Что делаешь?» - «Ямочку рою». – «Зачем тебе ямочка?» - «Денежку ищу». – «Зачем тебе денежка?» - «Иголку купить». – «Зачем тебе иголка?» - «Мешочек сшить». – «Зачем мешочек?» - «Камешки класть». – «Зачем камешки?» - «В твоих деток шуркать – буркать». – «За что?» - «Они ко мне в огород лазят». – «Ты бы забор выше делал, а коли не умеешь, так лови их». После чего, коршун старается поймать последнего цыпленка. Наседка защищает своих цыплят, не позволяя осалить последнего цыпленка, который также старается уклониться. Пойманный цыпленок садиться на лавочку, а игра продолжается до тех пор, пока коршун всех не изловит. Игра может проводиться и без приговора наседки.

**Приложение 3**

**Игры для детей зимой**

**Не потеряй снежок**

На игровой площадке чертятся различные фигуры (можно их обозначить подкрашенной водой). Количество фигур должно быть не менее четырех, а расстояние между ними от полуметра до метра, длина всей дистанции должна быть не менее 3 м. Каждый играющий лепит себе снежок, который кладет на голову (на шапку). Необходимо пройти по всем фигурам и не уронить снежок. Кто меньше уронил,тот и победил.

Конечно, шапки у всех разные, поэтому в некоторых случаях это будет не совсем честно, но эта игра очень полезна для развития равновесия и координации движений.

**Не уступлю горку**

Один ребенок забирается на небольшую горку. Другие дети по очереди (или все одновременно) пытаются его оттуда стащить. Тот, кто стащит, занимает его место. Можно устроить соревнование на время - кому удастся продержаться на горке дольше других, тот и выигрывает.

**Не ходи на горку**

Крепко взявшись за руки, играющие окружают снежный ком гору (размер комка следует определять по росту игроков, он должен быть таким, чтобы на него легко можно было влезть). Сначала дети медленно идут вправо или влево, а по сигналу тянут друг друга и стараются заставить кого-нибудь влезть на гору (можно просто дотронуться до кома). Кому поневоле придется забраться на снежный ком, выходит из игры. Победителями считаются три игрока, которые останутся последними.

**Отпечатки на снегу**

Для игры необходима снежная площадка со свежим снежным покровом. Игроки падают на снег спиной, а затем медленно и аккуратно поднимаются, чтобы сохранить получившийся отпечаток. У кого отпечаток окажется самым четким, тот и побеждает.

Также можно «рисовать» бабочку. Упав на спину (руки в стороны), игрок начинает поднимать и опускать руку вверх-вниз, потом встает, получится отпечаток, похожий на бабочку.

**Охота на куропаток**

Для игры потребуется сделать из снега несколько возвышений (по числу игроков), которые делаются на одной стороне площадки. На противоположной стороне игровой площадки находятся три-четыре охотника.

По сигналу ведущего все дети-куропатки спускаются (спрыгивают) со своих возвышений и летают, прыгают по тундре (игровой площадке). По сигналу ведущего «Охотники!» они улетают (убегают) и садятся на ветки (взбираются или запрыгивают на возвышения). Охотники снежками стараются попасть в куропаток. Пойманные (сбитые) куропатки выбывают на время из игры. После двух-трех повторов игры подсчитывается, сколько каждый охотник сбил куропаток, после чего выбираются новые охотники, а выбывшие куропатки возвращаются в игру, и игра возобновляется. В конце всей игры объявляются лучшие охотники - игроки, которые сумели сбить большее количество куропаток.

Бросать снежки можно только по туловищу и ногам. Куропатка, которая убежала на возвышение до сигнала, считается подбитой и выбывает из игры. В куропатку, которая успела «взлететь» на возвышение, стрелять нельзя.

**Охотник и зайцы**

Выбирается водящий - охотник, остальные игроки - зайцы. Дом охотника находится в центре игровой площадки, а дома зайцев на

противоположных сторонах площадки. У охотника в доме лежат снежки, по количеству зайцев. Задача зайцев перебраться на другую сторону, а задача охотника попасть в них снежком. В кого попал снежок, тот выбывает. Перебежки выполняются до тех пор, пока у охотника не закончатся снежки. После чего подсчитывается количество выбитых игроков и водящий меняется. Побеждает самый меткий водящий и самый «увертливый» заяц.

**Перебежки снежками**

В середине площадки проводятся две параллельные линии на расстоянии 4—5 м (для 3 и 4 классов можно и 5-7 м) одна от другой. Выбирается один игрок - водящий. Он может располагаться по середине в кругу (диаметром 1-2 м) или может перемещаться вдоль одной из линий. Рядом с водящим лежат снежки (интереснее будет, если снежков будет по количеству перебегающих детей). Можно водящему дать в руки корзинку со снежками. Играющие строятся на стартовой линии, их задача пробежать в обозначенном коридоре на другую сторону. Водящий во время перебежки должен попасть снежком в игроков. В кого попали, те выбывают из игры, и те, кто выходят за коридор, тоже выбывают. Можно сделать так, что, в кого попали, тот становится помощником водящего и тоже заготавливает себе снежки по количеству оставшихся игроков (этот вариант намного сложнее для перебегающих). Игра заканчивается или тогда, когда у водящих кончаются снежки, или когда остается один перебегающий человек, он-то и становится победителем (если же в последнем забеге выбиты все игроки, то побеждает водящий).

**Подбрось - поймай**

Игроки делятся на две команды, которые встают в две шеренги лицом друг к другу, дистанция между шеренгами не более 2 м, а между игроками в шеренгах - не менее 2 м. У игроков первой шеренги в руках снежки. По сигналу они подбрасывают их вверх и отбегают назад. В это время игроки второй шеренги пытаются поймать снежки игроков напротив. Сколько поймали, столько очков команде. Потом выполняется то же самое, но наоборот. Вторые кидают, первые ловят. Повторить 3-4 раза, после чего подсчитать очки и назвать команду-победительницу.

Если снежок, брошенный игроком, улетел далеко или подлетел слишком низко, так, что его невозможно было поймать, то за такой бросок ловящей команде прибавляется одно очко.

**Передачи**

Игроки распределяются на пары и встают напротив друг друга на расстоянии 5-10 м. У одного игрока снежок. Задача игроков сделать друг другу как можно больше передач. Звучит сигнал, первые бросают вторыми. Те, кто снежки уронили, выбывают. Опять звучит сигнал, теперь вторые бросают первыми и опять то же самое. Так бросают определенное количество передач (например, 10-20) или пока не останется последняя пара. Если снежок развалился, но был пойман, можно его подлепить или сделать новый.

**Перетяжки**

Играющие образуют круг вокруг сугроба и крепко берутся за руки. По команде «Перетяжки начались!» все начинают тащить рядом стоящих в свою сторону, стараясь заставить их угодить в сугроб. Если кто-то падает (или задевает) в сугроб, игра останавливается. Круг выравнивается, и игра продолжается. Кто три раза попадает в сугроб - выбывает.

**Под обстрелом**

Эту игру можно проводить, используя только снег, а можно использовать еще и санки.

Игра проводится на прямоугольной площадке размером с волейбольную (баскетбольную), которая ограничивается линиями (можно просто прочертить линию, а можно ограничить ее палочками или флажками). Одна команда располагается за поперечной линией: ей предстоит совершать перебежки. Из второй команды выбираются двое бросающих, которые встают за боковыми линиями, у каждого по два снежка.

По сигналу капитан команды посылает одного из своих игроков на противоположную (дальнюю) сторону площадки. В это время игроки за боковыми линиями стараются осалить снежком перебегающего. В кого попали, тот выходит из игры. Бросив четыре снежка (или выбив игрока), пара тут же уступает место следующей паре, которая обстреливает следующего бегущего. Бросающие меняются по кругу, пока не пробегут все игроки противника. Когда все участники первой команды закончат перебежки, подсчитывается количество осаленных игроков, и команды меняются местами.

Правила разрешают перебегать из города в город только по одному. Бросать снежки можно только из-за линии, не переступая ее.

Эту игру можно провести, используя санки, на которые садится один из игроков, а другой везет его через снеговую площадку под обстрелом. Попадание в везущего оценивается в 1 очко, а в седока - 2 очками. Затем санки следуют обратно, но игроки меняются ролями. После этого перебежку под обстрелом совершает другая пара и т. д. Игра также носит командный характер, и ее итоги подводятся по количеству попаданий за одинаковое количество перевозок на санках.