ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

СРЕДНЯЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 8

городского округа Чапаевск Самарской области

|  |  |
| --- | --- |
| «Утверждаю»  Директор ГБОУ СОШ №8  г.о. Чапаевск  Залапина М.Ю.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г. | «Согласовано»  на заседании классных руководителей ответственный за ВР  Столярова Л. А\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г. |

**Рабочая программа**

**по внеурочной деятельности**

**спортивно-оздоровительного направления**

**«Забавы нашего двора»**

Автор программы:

Емельянова Елена Геннадьевна

учитель физической культуры

г. Чапаевск 2018

**1.Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
| 1.Актуальность выбранного направления и тематики внеурочной деятельности | 4 |
| 2.Цель и задачи обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности | 7 |
| 3. Соответствие содержания программы внеурочной деятельности цели и задачам основной образовательной программы начального общего образования, реализуемой в образовательном учреждении | 8 |
| 4. Связь содержания программы с учебными предметами | 9 |
| 5. Особенности реализации программы: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности | 10 |
| 6. Количество часов и их место в учебном плане | 10 |
| **2. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности** |  |
| 1.Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы | 11 |
| 2. Требования к УУД, которые должны сформировать обучающиеся в процессе реализации программы | 12 |
| 3. Формы учета знаний, умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения  программы | 14 |
| **3. Теоретико-методологические обоснование программы** |  |
| - базовые теоретические концепции, идеи, их авторы; | 14 |
| - ключевые принципы; | 16 |
| - современные образовательные технологии; | 17 |
| - формы работы с детьми. | 17 |
| **4. Особенности возрастной группы детей** |  |
| - возраст детей и их психологические особенности; | 19 |
| - особенности набора детей; | 23 |
| - число обучающихся в группе. | 23 |
| **5. Тематическое планирование** | 23 |
| **6. Содержание программы** | 24 |
| **7. Учебно-методическое планирование** | 26 |
| **8. Характеристика ресурсов** | 31 |
| **9. Список литературы** |  |
| - список литературы для учителей; | 32 |
| - список литературы для родителей и детей. | 33 |
| **10. Приложение** | 34 |

**« Без игры не может быть полноценного умственного развития. Игра - это огромное светлое окно, через которое в духовный мир ребенка вливается живительный поток представлений, понятий. Игра - это искра, зажигающая огонек пытливости и любознательности».**

**В. А. Сухомлинский.**

**«Человеком можно стать, только играя»,**

**- утверждал Ф. Шиллер.**

Программа «Забавы нашего двора» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности во 2-4 классах в соответствии с Федеральным государственным стандартом начального общего образования второго поколения.

Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Она направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени начального общего образования являются:

* Закон Российской Федерации «Об образовании»;
* Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
* СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
* Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»,
* Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
* О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999).

**1. Содержание**

*1. Актуальность выбранного направления и тематики внеурочной деятельности*

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. ***Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранении здоровья.*** Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Как никогда ***актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста.*** Решающая роль в её решении отводится школе. Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: ***в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.***

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьёвками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

*2. Цель и задачи обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности*

**Цель программы:**

Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

**Задачи программы**

* активизировать двигательную активность школьников во внеурочное время;
* познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью применения их в организации своего отдыха и досуга;
* формировать умение самостоятельно организовывать и проводить игры с учетом особенностей количества участников, места проведения и наличия спортивного инвентаря;
* привитие интереса к осознанному обучению правил подвижных игр для использования их в повседневной жизни;
* укрепление здоровья школьников средствами физкультурно-оздоровительной деятельности, формирование основ здорового образа жизни.

*Особенности программы*

Данная программа строится на принципах:

1. Научности;

- в основе, которых содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.

2. Доступности;

- которых определяет содержание курса в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.

3. Системности;

- определяющий взаимосвязь и целостность содержания, форм и принципов предлагаемого курса

*3. Соответствие содержания программы внеурочной деятельности цели и задачам основной образовательной программы начального общего образования, реализуемой в образовательном учреждении*

В ФГОС НОО п.14 записано: «Основная образовательная программа начального общего образования определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры, духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие обучающихся, создание основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, **сохранение и укрепление здоровья обучающихся»**.

Модернизация современного образования направлена на развитие личностного потенциала ребенка как полноценного участника образовательного процесса, важнейшими характеристиками которого являются: здоровье, творческая свобода, инициативность, активность, способность к саморазвитию.

**Целью реализации** основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

* становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
* формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
* духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
* укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

*4. Связь содержания программы с учебными предметами*

Нельзя не использовать межпредметные связи впрограмме внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Забавы нашего двора», так как многие темы других предметов по своему содержанию достаточно тесно соприкасаются с темами данного курса.

**Связь с математикой.** С определёнными математическими понятиями на начальном этапе обучения учащиеся знакомятся при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три- (параллельные прямые), в круг -(окружность) и т.д. Счет предметов, сравнение предметов, устные вычислительные приемы и т.д.

**Связь с литературой.** В процессе игры дети знакомятся с русским народным творчеством и творчеством других народов: закличками, считалками, песнями, прибаутками, поговорками.

**Связь с окружающим миром.** Для характеристики того или иного периода школьникам напоминают исторические события этого периода, объясняют историческую обусловленность взглядов, идей. Важно познакомить учащихся с жизненными процессами организма не только в состоянии покоя, но и во время мышечной деятельности.

*5. Особенности реализации программы: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности*

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Забавы нашего двора» предназначена для обучающихся 2-4 классов. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника:

* подвижных игр,
* народных оздоровительных игр,
* прогулок,
* спортивно-оздоровительных часов,
* физкультурных праздников,
* спортивных соревнований.

Занятия проводятся в учебном кабинете, на улице, в спортивном зале, в тренажерном зале после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 40 минут.

*6. Количество часов и их место в учебном плане*

Базисный учебный план образовательного учреждения Российской Федерации является нормативным документом, основанным на Федеральных государственных образовательных стандартах общего образования (ФГОС). В нём определяется предельный объём учебной нагрузки обучающихся, состав учебных предметов и направлений внеурочной деятельности, распределяется учебное время, отводимое на освоение содержания образования по классам, учебным предметам. Традиционно Базисный учебный план образовательного учреждения состоит из двух частей: инвариантной и вариативной.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Забавы нашего двора» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю во

второй половине дня: 2-4 классы -34 часа в год в каждом классе. 50% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся на свежем воздухе или в спортзале, 10% на выполнение практических работ, остальное время распределено занятия по формированию здорового образа жизни. Занятия может вести как классный руководитель, так и любой другой учитель.

**2. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

*1.Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы*

Дети**:** должны **иметь представление:**

1. Об историческом наследии русского народа и русских народных подвижных игр и игр других народов;

2. Отрадициях русских народных праздников;

3. О культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

**должны знать:**

1. Историю возникновения подвижных игр;

2. Правила проведения игр, эстафет и праздников;

3. Основные факторы, влияющие на здоровье человека;

4. Правила поведения во время игры.

5. О системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;

6. Об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;

7. О причинах травматизма и правилах его предупреждения;

**должны уметь:**

1. Выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);

2. Проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;

3. Владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;

4. Применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

5. Составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;

6. Организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;

7. Уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

**Дети научатся:**

- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;

- приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение;

- проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

**Дети будут уметь**:

- применять и выполнять правила игры;

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;

- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;

- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

*2. Требования к УУД, которые должны сформировать обучающиеся в процессе реализации программы*

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

**Личностные результаты.**

*У учеников будут сформированы:*

* установка на безопасный, здоровый образ жизни;
* потребность сотрудничества со сверстниками,  доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение,  стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
* этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа;
* уважительное отношение к культуре других народов.

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

**Регулятивные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
* осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

**Познавательные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* проводить сравнение и классификацию объектов;
* понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
* проявлять индивидуальные творческие способности.

**Коммуникативные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
* обращаться за помощью;
* формулировать свои затруднения;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* слушать собеседника;
* договариваться и приходить к общему решению;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* осуществлять взаимный контроль;
* адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Предметные результаты:**

* формирование первоначальных представлений о значении   спортивно-оздоровительных занятий  для укрепления здоровья, для  успешной учёбы и социализации в обществе.
* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

*3. Формы учета знаний, умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения  программы*

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

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:

* викторины;
* конкурсы;
* ролевые игры;
* выполнение заданий соревновательного характера;
* оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);
* результативность участия в конкурсных программах и т. д.

**3. Теоретико-методологические обоснование программы**

*Базовые теоретические концепции, идеи, их авторы*

«В игре формируются все стороны души человеческой: его ум, сердце, воля. В игре не только выражаются наклонности ребенка и сила его души, но сама игра имеет большое влияние на развитие детских способностей и наклонностей, а,следовательно, и на будущую судьбу». ***К.Д Ушинский***

Игровая теория возникла из наблюдений за природой. Английские философы ***Г. Спенсер и Ф. Шиллер*** на рубеже XIX и XX столетий утверждали, что человек, подобно животному играет, бегает, прыгает, потому что избыток сил, имеющийся у него, необходимо израсходовать.

На клинописных табличках, на стенах древнеегипетских пирамид ученые обнаружили изображения более 400 видов физических упражнений и игр.

В первоначальном виде игры являлись частью синкретического искусства первобытного общества, которое отражало трудовые и бытовые действия человека. Они были неразделимы с пением, танцами, музыкой.

По мере совершенствования орудий производства, с развитием языка, мышления игры выделяются в самостоятельный вид деятельности, становятся богаче по своему содержанию, в них появляются отвлеченные формы движений, возникают новые, более сложные действия. Но еще часто сопутствуют игре другие виды искусства - пение, музыка, элемент театрального искусства. Они отражены главным образом в народных играх-хороводах, которые сочетаются с пением, танцами и в которых изображается тот или другой вид ручного труда.

Выделившись в относительно самостоятельный вид деятельности, игры всегда определялись укладом жизни общества, что отражалось не только на их содержании, но и на задачах их использования в целях воспитания детей в соответствии с законами данного общества.

В период развитого социалистического общества роль игры и место ее в воспитании подрастающего поколения возрастает, так как она способствует улучшению идеологической работы с подрастающим поколением, является активным средством идеологического воздействия в детском возрасте.

Одним из первых сделал попытку материалистически обосновать происхождение игры ***Г.В. Плеханов.*** Он вскрыл корни происхождения игры, оспаривая положение ***Бюхера,*** что игра старше труда.

Игра издавна привлекает к себе внимание не только педагогов и психологов, но и философов, этнографов, искусствоведов. Природа «игрового интереса» еще мало изучена. ***Ю.В.*** ***Геронимус*** выделяет такие факты, способствующие возникновению игрового интереса:

- удовольствие от контактов с партнерами по игре;

- удовольствие от демонстрации партнерам своих возможностей, как игрока;

- необходимость принимать решения в сложных и часто неопределенных условиях;

- удовлетворение от успеха - промежуточного или окончательного;

- если игра ролевая, то удовольствие от процесса перевоплощения в роль и другие.

Подвижная игра - естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающей великой воспитательной силой.

*Ключевые принципы*

Система подвижных игр базируется на трёх основных принципах: **дидактическом, психолого-физиологическом и общественно-нравственном.**

Под ***дидактическим принципом*** понимается опора на логику самого предмета, материал которого включён в межпредметное со­держание дидактической подвижной игры, программу и план.

Под ***психолого-физиологическим принципом***построения системы дидактически - подвижного обеспечения понимается чёткая после­довательность проведения игр с постепенным усложнением решае­мых задач с учётом психолого-физиологических особенностей уча­щихся и требуемых для решения игровых задач логических операций (анализа, синтеза, обобщения, конкретизации и др.)

Под ***общественно—нравственным принципом***понимается переход от игр индивидуальных к играм различной степени взаимодействия участников или к играющим группам и коллективам. Таким обра­зом, каждая игра, включаемая в систему дидактически- подвижного обеспечения, должна рассматриваться с трёх точек зрения: пройден ли по программе учебный материал, заложенный в межпредметном содержании подвижной игры; соответствует ли игра уровню разви­тия физиологических и психических процессов, так и интересам школьников по степени сложности; какой степени взаимодействия достигли участники игры.

*Современные образовательные технологии*

* **Здоровьесберегающие технологии.**Ведется постоянный контроль за соответствием требованиям техники безопасности, гигиены спортивной одежды и обуви учеников. Объясняются правила подбора одежды для занятий различными видами спорта.
* **Технология дифференцированного обучения.** Ученикам даются задания с учетом уровня подготовки и физического развития. При оценивании учитывается не только достигнутый результат, но и динамика изменений физической подготовленности ученика. Ученики распределяются на медицинские группы с учетом состояния здоровья, что учитывается в организации занятия.
* **Игровая технология.** Применяется для развития физических качеств (эстафеты и подвижные игры), формирования понятий о нормах общественного поведения, увеличения положительных эмоций и тем самым повышение интереса к занятиям физической культурой.
* **Соревновательная технология**. Ученик применяет разученные движения для создания прочного двигательного навыка в быстро меняющихся ситуациях. Улучшает показатели физической подготовленности. Повышается эмоциональная направленность занятия. Повышается мотивация к совершенствованию технико-тактических действий и развитию физических качеств.
* **Информационно-коммуникативная технология.** Применяется при рассказе об истории видов спорта используются презентации, видеоролики.

*Методы и формы работы по программе.*

* *Словесный* (рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и т.д.)
* *Наглядный* (показ упражнений, учебные фильмы, макеты площадок и т.д.)

*Методы практических упражнений*:

а) методы, направленные на освоение спортивной техники ( разучивание упражнений в целом и по частям);

б) методы, направленные на развитие двигательных качеств (повторный, переменный, интервальный, соревновательный и т.д.);

в) методы контроля (врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости качества усвоения программы);

г) метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания;

д) метод самореализации через творческие дела, участие в соревнованиях.

*Основные методы организации учебно-воспитательного процесса.*

Существует несколько основных типов организационных моделей внеурочной деятельности:

- модель дополнительного образования (на основе институциональной и (или) муниципальной системы дополнительного образования детей);

- модель «школы полного дня»;

- оптимизационная модель (на основе оптимизации всех внутренних ресурсов образовательного учреждения);

- инновационно-образовательная модель.

Каждое ОУ выбирает наиболее подходящую для себя модель, на данный момент у нас **оптимизационная модель.**

**Оптимизационная модель.** Модель внеурочной деятельности на основе оптимизации всех внутренних ресурсов школы предполагает, что в ее реализации принимают участие педагогические работники школы (учителя, педагог-организатор, социальный педагог, педагог-психолог, библиотекарь).

Координирующую роль выполняет на уровне класса классный руководитель, который в соответствии со своими функциями и задачами:

- взаимодействует с педагогическими работниками, а также учебно-вспомогательным персоналом школы;

- организует в классе образовательный процесс, оптимальный для развития положительного потенциала личности обучающихся в рамках деятельности общешкольного коллектива;

- организует систему отношений через разнообразные формы воспитывающей деятельности коллектива класса, в том числе, через органы самоуправления;

- организует социально значимую, творческую деятельность обучающихся.

Модель внеурочной деятельности в школе обеспечивает учет индивидуальных особенностей и потребностей обучающихся через организацию внеурочной деятельности, которая осуществляется по направлениям развития личности (спортивно-оздоровительное, духовно-нравственное, гражданско-патриотическое, художественно-эстетическое), в том числе через такие формы, как экскурсии, кружки, секции, «круглые столы», конференции, диспуты, школьное научное общество, олимпиады, соревнования, поисковые и научные исследования, общественно полезные практики, на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательного процесса.

**4. Особенности возрастной группы детей**

***Возраст детей и их психологические особенности***

**2 класс**

Двигательная активность детей 2 класса во многом обусловлена большим запасом навыков и умений, хорошей пространственной ориентировкой, стремлением выполнять движения совместно, проявляя выдержку, сообразительность. Ребёнку уже интересны более сложные движения, требующие ловкости, скорости, точности. Они с удовольствием соревнуются, кто дальше прыгнет или кто больше соберёт. Усложняются взаимодействия в игре, где результат зависит от согласованности действий в игре («Найди пару») от умения быстро и организованно построиться в звенья, считаясь с интересом товарищей.

Большинство игр имеют развернутые сюжеты, определяющие содержание движений, во многих играх есть роль водящего, как правило она одна, но при усложнении игры можно вводить второго водящего «У медведя во бору» два медведя.

Объяснение игры должно быть кратким, касаться только самого важного, стихотворный текст игры заучивается детьми прямо во время игры.

В данном возрасте на  роль водящего дети выбирают сами.

Нельзя по ходу игры давать указания, добиваться точности выполнения - это снижает эмоциональный настрой игры их активность, замечания  по нарушению правил делаются по окончанию игры.

Правила в играх для детей 2 класса усложняются; ловить, только прикоснувшись, пойманным отходить в сторону. Внимание учителя должно быть направлено не на увеличение количества игр, а на повторение и усложнение уже знакомых, для того чтобы дети к концу года могли сами организовать игру с небольшой группой сверстников.

Повторяется игра на 2-3 занятиях, затем через некоторое время снова возвращаемся к ней. При повторении можно усложнять содержание и правила игры, видоизменять организацию детей.

**3 класс**

В этой возрастной группе содержание подвижных игр ещё более усложняется в связи с расширением кругозора детей, включаются новые образы и сюжеты, знакомые из книг, рассказов учителя, кинопросмотров, вне которых играх идёт отражение разных профессий («Пожарные на учении», «Охотник и зайцы»). Большое место в 3 классе занимают бессюжетные игры типа «Ловишки», а также с элементами соревнования, в начале года индивидуальные, затем группами.

Ответственные роли в игре выполняют сами дети, учитель напоминает правила и следит за их выполнением, смотрит, как дети выполняют игровое движение, подаёт сигналы. Однако иногда участие учителя необходимо, он может взять на себя роль и показать, как нужно быстро двигаться, чтобы поймать много детей, этот приём очень оживляет игру, способствует эмоциональному настрою.

При распределении ролей, как правило, используются считалки, учитель участвует только когда необходимо создать равные по силе звенья или команды.

Объяснение игры в 3 классе происходит не только в ходе игры, а непосредственно перед игрой. Учитель объясняет содержание игры от начала до конца, особенно обращает внимание на правила.

В 3 классе детей уже интересует не только процесс игры, но её результат, поэтому подведение итогов имеет большое воспитательное значение. Важно справедливо отметить выигравших, пояснить, что даже хороший результат при нарушении правил не приведёт к выигрышу.

**4 класс**

В 4 классе дети более самостоятельны в организации подвижных игр. Учащемуся известно большое количество игр их содержание и правила, он представляет себе и возможную двигательную и эмоциональную их насыщенность. Это позволяет выбирать  игры в соответствии со своими интересами и желаниями.

В этом возрасте особенно велико значение игр и упражнений для закрепления и совершенствования у детей навыков в основных видах движений, развитие физических качеств: быстроты, силы, ловкости. Дети начинают действовать наиболее эффективными способами с максимальной мобилизацией усилий для достижения результата, проявляя положительные морально - волевые качества.

Проявление физических и морально – волевых качеств более всего способствует участие ребёнка в таких играх, где важен общий результат, который зависит от взаимодействия участников игры. Особенно это проявляется в эстафетах.

В подвижных играх для детей 4 класса занимательность сюжета уже не имеет большого значения, поведение детей теперь уже регулируют игровые правила, которыми ребёнок сознательно руководствуется.

Требования точного выполнения правил способствуют воспитанию выдержки, дисциплинированности, чувства ответственности. Эмоциональность подвижных игр, заинтересованность детей приводят к тому, что дети всё чаще организуют их сами, по собственной инициативе.

Объясняя новую игру, учитель добивается, чтобы дети представляли весь её ход, характер и способы действий персонажей, осознали правила. Первичное объяснение трудных моментов игры может сопровождаться показом. Распределение ролей должно быть равным по силам, дети уже сами начинают понимать разумное распределение сил.

Очень важно подведение итогов. Учитель помогает детям осознать, как важно достижение положительного результата по правилам, а не результат любыми способами. Это предупреждает возможные негативные проявления, снижает излишнюю возбудимость, азарт.

В 4 классе все дети должны научиться самостоятельно, организовывать и проводить подвижные игры, очень важно поощрять игровое творчество детей.

*Психологическое обеспечение программы.*

Психологическая подготовка включает в себя следующие компоненты:

* создание комфортной и доброжелательной атмосферы на занятиях;
* применение индивидуальных, групповых и массовых форм обучения,
* психологическая подготовка обучающихся.

*Диагностика эффективности образовательного процесса.*

Осуществляется диагностика текущего состояния с помощью различных приёмов и методов:

* методика тестирования и оценки показателей развития физических качеств и двигательных способностей на основе комплекса стандартных упражнений;
* диагностика уровня здоровья обучающихся (медицинский работник, самоконтроль).

*Особенности набора детей.*

Набор детей формируется из обучающихся школы, желающих заниматься спортом и по заявлению родителей. Ставятся задачи по привлечению максимально возможного количества детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие их личности, приобщение к здоровому образу жизни, воспитание физических, морально-этических качеств.

*Число обучающихся в группе.*

Наполняемость групп для занятий внеурочной деятельностью не должна превышать 25 человек.

**5. Тематическое планирование**

**2 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема раздела** | **Количество часов**  **Часов практики** | |
| **теория** | **практика** |
| 1 | Техника безопасности | 2 | **-** |
| 2 | Беседы | 2 | **-** |
| 3 | Игры | - | 30 |
|  | **Итого** | **34 часа** | |

**3 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема раздела** | **Количество часов** | |
| **теория** | **практика** |
| 1 | Техника безопасности | 3 | **-** |
| 2 | Беседы | 3 | **-** |
| 3 | Игры | - | 28 |
|  | **Итого** | **34 часов** | |

**4 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема раздела** | **Количествочасов** | |
| **теория** | **практика** |
| 1 | Техника безопасности | 4 | **-** |
| 2 | Беседы | 4 | **-** |
| 3 | Игры | - | 26 |
|  | **Итого** | **34 часов** | |

На изучение  данных занятий  «Забавы нашего двора»  во 2-4 классах выделяется 34 часа в год, один раз в неделю.

Занятия проводятся в учебном кабинете, на улице, в спортивном зале, в тренажерном зале после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 40 минут.

**6. Содержание программы**

**2 класс**

**Тема 1. Техника безопасности**

ТБ при занятиях подвижными играми. ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе.

**Тема 2. Беседы**

Беседа «Личная гигиена», «Закаливание организма», «Твой организм».

**Тема 3. Игры**

Разучивание игр «Стань правильно», «Карлики и великаны», «К своим флажкам», «Запрещенные движения», «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам», «Фигуры», «Флюгер», «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики», «Летает - не летает», «Статуя», «Кот идет», «Товарищ командир», «Не ошибись», «Беги и собирай», «Берегись, Буратино», «Жмурки», «Дети и медведь», «Гуси - лебеди», «Зима - лето», «Космонавты», «Кот проснулся», «Пчелки», «Красная шапочка», «Пустое место», «Птица без гнезда», «Ловишки», «Пятнашки», «Зайцы, сторож и жучка», «Колдунчики», «Через ручеек», «Стая», «Быстро по местам», «Летучие рыбки», «Пчелы и медвежата», «Проведи», «Светофор», «Хитрая лиса», «Шишки, желуди, орехи», «Волк во рву», «Кошки мышки», «Воробушки».

Веселые эстафеты с предметами и без предметов.

**3 класс**

**Тема 1. Техника безопасности**

Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса. Техника безопасности при занятиях подвижными играми.

**Тема 2. Беседы**

Беседы по правильному питанию и о режиме дня. Беседа: «Твой организм», «Красивая осанка».

**Тема 3. Игры**

Разучивание подвижных игр «Гуси – лебеди», «Совушка», «Игольное ушко», «Отгадай, чей голос?», «Воздушный десант», «Удочка», «Хоккей на траве», «Выши ноги от земли», «Ангар», «Салки», «Лукошко», «Вызов номеров», «Рыбалка», «Мышеловка», «Воронята», «Дуэльный баскетбол», «Кресло соседа», «Бирюльки», «Настольное сорсо», «Мушкетеры», «Гонки с шайбой», «Кот все видит»,«Лишний», «Поймай меня», «Скатывание шаров», «Вьюнок», «Гонки снежных комов»,«Зигзаг», «Лепим снеговика», «Догони меня», «Гонка с шайбами», «Омары», «Овощи и фрукты», «Два Мороза», «Снежки», «День и ночь», «Добей шайбу», «Вытеснялки», «Накорми меня», «Попрыгунчики!», «Хоккей», «Магазин», «У медведя в бору», «Волк во рву», «Наперегонки парами», «Проведи».

**4 класс**

**Тема 1. Техника безопасности**

ТБ при проведении подвижных игр.

**Тема 2. Беседы**

Беседы «Закаляйся, если хочешь быть здоров», «Режим дня», «Красивая осанка».

**Тема 3. Игры народов мира**

Разучивание подвижных игр «Ловишки», «Юрта», «Медный пень», «Ищем палочку», «Выбей из круга», «Подними платок» «Катание мяча»,«Рыбки», «Под буркой» «Прятки», «Альчик!», «Мяч», «Я есть!», «Невод», «Стой, олень!», «Катание мяча», «Серый волк», «Сокол и лиса», «Пятнашки», «Водяной», «Серый зайка», «Колесо», «Чиж», «Волк во рву», «Стрельба в мишень», «Борьба», «Котел», «Круговой», «Борьба за флажки», «Льдинки, ветер и мороз», «[Гуси-лебеди](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1380&cat=5&sc=78&full=yes)», «[Обыкновенные жмурки](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1381&cat=5&sc=78&full=yes)», «Салки», «[Михасик](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1671&cat=5&sc=78&full=yes)», «[Прела-горела](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1672&cat=5&sc=78&full=yes)», «[Скок-перескок](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1599&cat=5&sc=78&full=yes)», «[Скачки»,](http://psyparents.ru/index.php?view=games&item=1831&cat=5&sc=78&full=yes) «[Собери яблоки»,](http://psyparents.ru/index.php?view=games&item=1832&cat=5&sc=78&full=yes)  «Высокий дуб», «[Колдун»,](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1664&cat=5&sc=78&full=yes) «Белый мяч и черный мяч», «Вышибалы», «[Хищник в море»,](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1617&cat=5&sc=78&full=yes)  «[Забрасывание белого мяча».](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1509&cat=5&sc=78&full=yes)

**7. Учебно-методическое планирование**

**2 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Содержание занятий** | **Кол-во часов** |
| 1. | Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Разучивание игры «Стань правильно», «Карлики и великаны». | 1 |
| 2. | Разучивание игры «К своим флажкам», «Запрещенные движения». | 1 |
| 3. | Разучивание игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам». | 1 |
| 4. | Разучивание игры «Фигуры», «Флюгер». | 1 |
| 5. | Разучивание игры «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики». | 1 |
| 6. | Беседа личная гигиена. «Летает - не летает», «Статуя». | 1 |
| 7. | Подвижные игры «Кот идет», «Товарищ командир» | 1 |
| 8. | Подвижные игры «Не ошибись», «Беги и собирай». | 1 |
| 9. | Подвижные игры «Берегись, Буратино», «Жмурки». | 1 |
| 10. | Подвижные игры «Дети и медведь», «Гуси - лебеди». | 1 |
| 11. | Подвижные игры «Зима - лето», «Космонавты». | 1 |
| 12. | Беседа «Твой организм». Подвижная игра «Кот проснулся» | 1 |
| 13. | Подвижные игры « Пчелки», «Красная шапочка». | 1 |
| 14. | Веселые эстафеты с предметами. | 1 |
| 15. | Подвижные игры «Пустое место», «Кот идет». | 1 |
| 16. | Подвижные игры «Птица без гнезда», «Быстро по местам». | 1 |
| 17. | Подвижные игры «Ловишки», «Карлики и великаны». | 1 |
| 18. | ТБ при подвижных играх. Подвижные игры «Пятнашки», «Зима- лето». | 1 |
| 19. | Подвижная игра «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты. | 1 |
| 20. | Подвижные игры «Колдунчики», «Пчелки». | 1 |
| 21. | Подвижные игры «Через ручеек», «У ребят порядок строгий». | 1 |
| 22. | Подвижные игры «Стая», «Быстро по местам». | 1 |
| 23. | Подвижные игры «Летучие рыбки», «Жмурки». | 1 |
| 24. | Подвижные игры «Пчелы и медвежата», «Зима – лето». | 1 |
| 25. | Подвижные игры «Проведи», «Пчелки». | 1 |
| 26. | Подвижные игры «Светофор», «Гуси – лебеди». | 1 |
| 27. | Подвижные игры «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». | 1 |
| 28. | Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». | 1 |
| 29. | Подвижные игры «Волк во рву», «Пустое место». | 1 |
| 30. | Беседа. Закаливание организма. Подвижная игра «Кошки мышки». | 1 |
| 31. | Подвижные игры «Воробушки», «Берегись Буратино». | 1 |
| 32. | Подвижные игры «Зима - лето», «Космонавты». | 1 |
| 33. | ТБ при подвижных играх. Подвижные игры «Через ручеек», «У ребят порядок строгий». | 1 |
| 34. | Подвижные игры «Летает - не летает», «Статуя». | 1 |
| **ИТОГО** | | **34** |

**3 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание занятий** | **Кол-во часов** |
|  | Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса. Подвижная игра «Гуси – лебеди». | 1 |
|  | Подвижная игра «Совушка», «Игольное ушко» | 1 |
|  | Подвижная игра «Отгадай, чей голос?», « Воздушный десант» | 1 |
|  | Подвижная игра «Удочка», «Хоккей на траве» | 1 |
|  | Подвижная игра «Выши ноги от земли», «Ангар» | 1 |
|  | Подвижная игра «Салки», «Лукошко» | 1 |
|  | Подвижная игра «Вызов номеров», «Рыбалка» | 1 |
|  | Подвижная игра «Мышеловка», «Воронята» | 1 |
|  | Подвижная игра «Волк во рву», «Дуэльный баскетбол» | 1 |
|  | Беседа «Твой организм». Подвижная игра «Совушка»,  «Кресло соседа». | 1 |
|  | Подвижная игра «Отгадай, чей голос?», «Бирюльки» | 1 |
|  | Подвижная игра «Удочка», «Поймай меня» | 1 |
|  | Подвижная игра «Выше ноги от земли», «Настольноесорсо». | 1 |
|  | Подвижная игра «Салки», «Мушкетеры» | 1 |
|  | Подвижная игра «Вызов номеров», «Гонки с шайбой». | 1 |
|  | Подвижная игра «Мышеловка», «Кот все видит». | 1 |
|  | Подвижная игра «Волк во рву»,«Лишний» | 1 |
|  | Подвижная игра «Совушка», «Поймай меня». | 1 |
|  | Подвижная игра «Скатывание шаров», «Вьюнок» | 1 |
|  | Подвижная игра «Гонки снежных комов»,«Зигзаг» | 1 |
|  | Подвижная игра «Лепим снеговика», «Догони меня» | 1 |
|  | Подвижная игра «Гонка с шайбами», «Омары» | 1 |
|  | Беседы по правильному питанию и о режиме дня. Игра «Овощи и фрукты» | 1 |
|  | Подвижная игра «Два Мороза», «Снежки» | 1 |
|  | Подвижная игра «День и ночь», «Добей шайбу» | 1 |
|  | Подвижная игра «Скатывание шаров», «Вытеснялки» | 1 |
|  | Подвижная игра «Гонки снежныхкомов», «Накорми меня». | 1 |
|  | Подвижная игра «Лепим снеговика»,«Попрыгунчики!». | 1 |
|  | Подвижная игра «Гонка с шайбами», «Хоккей» | 1 |
|  | Беседы «Красивая осанка». Игра «Магазин». | 1 |
|  | Подвижная игра «Два Мороза», «Лепим снеговика». | 1 |
|  | Подвижная игра «День и ночь», «Совушка». | 1 |
|  | Подвижная игра «У медведя в бору», «Волк во рву» | 1 |
|  | Подвижная игра «Наперегонки парами», «Проведи» | 1 |
| **ИТОГО** | | **34** |

**4 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Кол-во часов** |
|  | ТБ при проведении подвижных игр. Подвижная игра «Ловишки». | 1 |
|  | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 1 |
|  | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 1 |
|  | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1 |
|  | Марийская народная игра «Катание мяча» | 1 |
|  | Татарская народная игра «Серый волк» | 1 |
|  | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 1 |
|  | Беседа «Красивая осанка», чувашская игра «Рыбки» | 1 |
|  | Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой» | 1 |
|  | Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!» | 1 |
|  | Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!» | 1 |
|  | Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!» | 1 |
|  | Марийская народная игра «Катание мяча» | 1 |
|  | Татарская народная игра «Серый волк» | 1 |
|  | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 1 |
|  | Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка» | 1 |
|  | Узбекская народная игра «Колесо» | 1 |
|  | Беседа «Закаляйся, если хочешь быть здоров». Чечено-ингушская игра «Чиж» | 1 |
|  | ТБ при проведении подвижных игр. Игра «Волк во рву» | 1 |
|  | Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба» | 1 |
|  | Мордовские народные игры «Котел», «Круговой» | 1 |
|  | Северо-осетинская игра «Борьба за флажки» | 1 |
|  | Чувашская игра «Рыбки» | 1 |
|  | Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз» | 1 |
|  | Игры русского народа «[Гуси-лебеди](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1380&cat=5&sc=78&full=yes)», «[Обыкновенные жмурки](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1381&cat=5&sc=78&full=yes)». | 1 |
|  | Игры мордовского народа «Котел», «Салки». | 1 |
|  | Игры белорусского народа «[Михасик](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1671&cat=5&sc=78&full=yes)», «[Прела-горела](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1672&cat=5&sc=78&full=yes)» | 1 |
|  | Игры татарского народа. «[Серый волк»,](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1598&cat=5&sc=78&full=yes)  «[Скок-перескок](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1599&cat=5&sc=78&full=yes)» | 1 |
|  | Игры народов Востока «[Скачки»](http://psyparents.ru/index.php?view=games&item=1831&cat=5&sc=78&full=yes) , «[Собери яблоки».](http://psyparents.ru/index.php?view=games&item=1832&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 |
|  | Игры украинского народа « Высокий дуб» «[Колдун».](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1664&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 |
|  | Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч» | 1 |
|  | Беседа «Режим дня». Игра «Вышибалы» | 1 |
|  | ТБ. Игры чувашского народа «[Хищник в море»,](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1617&cat=5&sc=78&full=yes) «[Рыбки».](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1618&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 |
|  | Игры калмыцкого народа «[Альчики](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1508&cat=5&sc=78&full=yes)», «[Забрасывание белого мяча»](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1509&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 |
| **ИТОГО** | | **34** |

**8. Характеристика ресурсов**

  Не менее значимым при развитии здоровьесберегающей среды учреждения является состояние и перспективы обогащения материально-технической базы наглядными  пособиями, техническими средствами обучения, а также обеспечение и поддержка  состояния экологической комфортности среды школьных помещений, в которых дети проводят значительную часть дня.

Для реализациипрограммы «Забавы нашего двора» школа должна иметь необходимую материально-техническую базу:

***Школьный кабинет для проведения занятий по программе***

1. ***Учебные пособия:***

* натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы);
* изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы)
* измерительные приборы: ростомер, весы, часы и их модели.

1. ***Оборудование для  демонстрации мультимедийных презентаций:***

ноутбуки, мультимедийный проектор, DVD, и др.

3***. Спортивный зал и школьный стадион***

4. ***Спортивный инвентарь:***

Маты, гимнастические скамейки, канат, гимнастические лестницы, мячи, обручи, скакалки, кегли, лыжи.

**9. Список литературы**

**Литература для учителя:**

1. Баранцев С.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. - М. : Просвещение, 1988
2. Безруких М. М. , Филиппова Т.А, Макеева А.Г Разговор о правильном питании / Методическое пособие.- М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004. – 80 с.
3. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1995
5. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
6. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010.
7. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2010.
8. Ковалько В.И. Школа физкультминуток.- М., ВАКО, 2005.
9. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4-е классы.
10. Коростелев Н. Б. Воспитание здорового школьника: Пособие для учителя / Под ред. В.Н. Кардашенко.- М.: Просвещение, 1986.- 176 с.
11. Коротков М.И. Подвижные игры детей. М.: Сов. Россия, 1987
12. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР. - М.: Просвещение, 1988
13. Патрикеев, А.Ю.  Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
14. Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программы внеурочной деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность. - М., Просвещение, 2011
15. DVD  «Уроки тётушки Совы»  -  ТО  «Маски»,  Москва, 2009.
16. DVD  «Азбука безопасности на дороге»  -  ТО  «Маски»,  Москва, 2009.

**Литература  для родителей  и детей:**

1. Алексин Н.В.. Что такое. Кто такой.- М.: Педагогика - Пресс, 1992.год.
2. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
3. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. – Москва, Просвещение, 1983г.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1995
5. Дедулевич М.Д.   Не пропустить миг игры: подвижные игры, игровые    поединки – Мозырь Белый ветер 2002г.
6. Елкина Н. В., Тараборина Т. Н. 1000 загадок. Популярное пособие для родителей  и педагогов.- Ярославль: Академия развития, 1997.
7. Чудакова Н. В. Я познаю мир: Детская энциклопедия.   – Издательство

  ACT -ЛТД, 1997.

1. Шебеко В.Н.,. Овсянин В.А , Карманова А.В.; «Физкульт – ура!» Программа физического воспитания в детском саду  под редакцией В.Н. Шебеко – Минск ИЗД. В.М. Скакун, 1997г.

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Сборник подвижных игр**

**Подвижная игра «Хитрая лиса» (2 класс)**

Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга отчерчивается дом лисы. Учитель предлагает играющим закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит «Я иду искать в лесе хитрую и рыжую лису!», дотрагивается до одного из играющих, который становится хитрой лисой. Затем учитель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них хитрая лиса, не  выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие 3 раза спрашивают хором, вначале тихо, а затеем громче «Хитрая лиса, где ты?». При этом все смотрят друг на друга. Хитрая лиса быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, говорит «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманного лиса отводит домой в нору.

*Правила:*

Лиса начинает ловить детей только после того, как играющие в 3 раз хором спросят, и лиса скажет «Я здесь!»

Если лиса выдала себя раньше, учитель назначает новую лису.

Играющий, выбежавший за границу площадки, считается пойманным.

*Варианты:* Выбираются 2 лисы.

**Подвижная игра «Мышеловка» (3 класс)**

Играющие делятся на 2 неравные группы. Меньшая, образует круг – мышеловку. Остальные – мыши, они находятся вне круга. Играющие, изображающие мышеловку берутся за руки и начинают ходить по кругу, приговаривая «Ах как мыши надоели, все погрызли, все поели. Берегитесь же плутовки, доберемся мы до вас, вот поставим мышеловку – переловим всех сейчас». Дети останавливаются и поднимают сцепленные руки, вверх образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее, по слову воспитателя «Хлоп» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают – мышеловка захлопнулась.  Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Пойманные мыши переходят в круг и увеличивают размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями.

*Правила:*Опускать сцепленные руки по слову «хлоп**».**После того, как мышеловка захлопнулась, нельзя подлезать под руки

*Варианты:*Если в классе много детей, то можно организовать две мышеловки и дети будут бегать в двух.

**Подвижная игра «Два мороза» (3 класс)**

На противоположных сторонах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются на одной стороне площадки. Учитель выделяет двух водящих, которые становятся посередине площадки между домами, лицом к детям.  Это Мороз Красный Нос и Мороз Синий Нос. По сигналу учителя «Начинайте», оба Мороза говорят: «Мы два брата молодые, два мороза удалые. Я - Мороз Красный Нос. Я - Мороз Синий Нос. Кто из вас решиться, в путь-дороженьку пуститься?» Все играющие отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз» и перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а Морозы стараются их заморозить, т.е. коснуться рукой. Замороженные останавливаются там, где их захватил мороз, и так стоят до окончания перебежки всех остальных. Замороженных подсчитывают, после они присоединяются к играющим.

*Правила:*Играющие могут выбегать из дома только после слова «мороз». Кто выбежит раньше, и кто останется в доме, считаются замороженными. Тот, кого коснулся Мороз, тотчас же останавливается. Бежать можно только вперед, но не назад и не за пределы площадки.

*Варианты:*За одной чертой находятся дети Синего Мороза, за другой дети Красного. На сигнал «синие», бегут синие, а Красный Мороз ловит и наоборот. Кто больше поймает.

**Подвижная игра «Волк во рву» (2-4 класс)**

Поперек площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров. В нем находится водящий - волк. Остальные дети - козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова воспитателя «Козы, в поле, волк, во рву!» дети бегут из дома в поле, и перепрыгивает по дороге через ров. Волк бегает во рву, стараясь осадить прыгающих коз. Осаленный отходит в сторону. Учитель говорит: «Козы, домой!» Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2-3 перебежек выбирается или назначается другой водящий.

*Указания.* Коза считается пойманной, если волк коснулся ее в тот момент, когда она перепрыгивала ров, или если она попала в ров ногой. Для усложнения игры можно выбрать 2 волков.

**Подвижная игра «Гуси – Лебеди» (2-4класс)**

На одной стороне зала (площадки) обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположной стороне зала стоит пастух. Сбоку от дома логово (примерно на середине зала, в котором живет волк, остальное место – луг. Выбираются дети, исполняющие роль волка и пастуха, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся и летают.

Пастух: Гуси, гуси!

Гуси (останавливаются и отвечают хором) :Га, га, га!

Пастух: Есть хотите?

Гуси: Да, да, да!

Пастух: Так летите!

Гуси: Нам нельзя:

Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

Пастух: Так летите, как хотите,

Только крылья берегите!

Гуси, расправив крылья (расставив руки в стороны, летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать. Пойманные гуси идут в логово. После двух перебежек подсчитывается количество пойманных волком гусей. Затем выбираются новые водящие – волк и пастух. Игра повторяется 2-3 раза.

*Правила:*Гуси могут лететь домой, а волк ловить их только после слов «Так летите, как хотите, только крылья берегите». Волк может ловить гусей на лугу до границы дома.

*Варианты:* Увеличить расстояние. Ввести второго волка. На пути волка преграда - ров, который надо перепрыгнуть.

**Подвижная игра «Совушка» (2 класс)**

Выбирается водящий - «Совушка», остальные дети изображают бабочек, птичек и т. д. По сигналу учителя: «День! » - дети бегают по всему залу, на команду: «Ночь! » - замирают и останавливаются в том месте, где застала их команда. «Совушка» выходит из своего гнезда и тех, кто шевелится, забирает к себе. Игра повторяется.

**Подвижная игра «Пятнашки» (2 класс)**

Выбирается водящий, который получает цветную повязку, и встает в центр площадки. После сигнала: «Лови! » - все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого-либо из играющих и коснуться его рукой. Если ему это удается, ребенок, которого он коснулся, отходит в сторону. Через некоторое время учитель подает команду: «Стой! », и игра останавливается, подсчитывают количество пойманных водящих. Игра повторяется с новым водящим.

**Подвижная игра «Пустое место» (2 класс)**

Играющие встают в круг, выбирают водящего. Начиная игру, он пробегает мимо игроков, одного из них пятнает и продолжает бежать дальше по кругу. Запятнанный быстро бежит в противоположную сторону от водящего. Кто из них первый добежит до свободного места в круге, тот и занимает его, а опоздавший становится водящим.

*Правила.*1. Если дети прибегают к свободному месту одновременно, то они оба встают в круг, и выбирается новый водящий. 2. Дети бегают только за кругом. 2. Стоящие в кругу не должны задерживать бегущих.

*Указания к проведению.* Играют в эту игру в любое время года на большой площадке, где можно бегать без помех. Участники игры встают по кругу на расстоянии одного шага друг от друга, руки у всех опущены. Если детей много, лучше организовать два круга играющих.

**Подвижная игра «День и ночь» (3 класс)**

 Играющие распределяются на две команды - «День» и Ночь». По середине зала проводится черта или кладется шнур. На расстоянии двух шагов от черты спиной друг к другу становятся команды. Учитель говорит: «Приготовились!», затем дает одной команде сигнал к бегу, например, произносит: «День!». Дети убегают за условную черту, а игроки второй команды быстро поворачиваются кругом и догоняют соперников, стараясь запятнать их, прежде чем те пересекут условную линию. Выигрывает команда, которая успеет запятнать большее количество игроков противоположной команды.

**Игра малой подвижности «Быстро по местам» (2 класс)**

По кругу или в две шеренги одна напротив другой ставят санки. Дети садятся на санки парами (если группа малочисленная, то по одному). По сигналу учителя дети встают и разбегаются по всей площадке, кружатся в разные стороны. На сигнал «По местам! » все играющие должны быстро занять свои места на санках. Игра повторяется 2-3 раза.

**Подвижная игра «Удочка» (3 класс)**

Дети стоят в кругу. В центре круга учитель держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Педагог вращает мешочек на веревке по кругу над самой землей (полом, а дети подпрыгивают, стараясь, чтобы мешочек не задел их ног. Предварительно учитель показывает детям, как следует подпрыгивать: энергично оттолкнуться от пола и подобрать ноги под себя. Учитель вращает мешочек в обе стороны попеременно.

**Подвижная игра «Салки» (3- 4 класс)**

Дети расходятся по площадке, закрывают глаза, руки у всех за спиной. Ведущий проходит среди них и незаметно одному в руки кладет платочек. На слово «Раз, два, три, смотри!» дети открывают глаза. Стоя на месте, они внимательно смотрят друг на друга: «Кто же салка?» Ребенок с платком неожиданно поднимает его вверх и говорит: «Я салка!» Участники игры, прыгая на одной ноге, стараются уйти от салки. Тот, кого он коснулся рукой, идет водить. Он берет платочек, поднимает его вверх, быстро говорит слова: «Я салка!» Игра повторяется.

*Правила.* 1. Если ребенок устал, он может прыгать поочередно - то на правой, то на левой ноге. 2. Когда меняются салки, играющим разрешается вставать на обе ноги. 3. Салка тоже должен прыгать, как все играющие, на одной ноге.

**Игра малой подвижности «Запрещенное движение» (2 класс)**

Игроки, шагая по кругу, повторяют движения, которые им показывает водящий, но кроме одного - под запретом, например: «Хлопки в ладоши». Играйте внимательно: кто повторил запрещенное движение - становится в конец колонны. Через время внимательные игроки окажутся впереди, они и будут победителями.

*Правила игры*

1. Дети, идя по кругу, повторяют все движения за учителем, кроме одного, например: «Руки вверх!».
2. Тот, кто выполняет «запрещенное» движение, становится в конец колонны. Таким образом,  более внимательные дети окажутся в начале колонны, и они считаются победителями.

**Игра "У медведя во бору" (3 класс)**

Среди участников выбирают одного водящего, который будет «медведем». На игровой площадке начертить два круга. Первый круг — берлога медведя, второй круг — дом для остальных участников игры. Начинается игра с того, что дети выходят из дома со словами:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

И на нас рычит.

Как только дети произнесли эти слова, «медведь» выбегает из берлоги и ловит детей. Тот, кто не успел добежать до дома и был пойман «медведем», становится водящим («медведем»).

**Игра "Медведь и пчелы" (2 класс)**

Участники делятся на две команды — «медведей» и «пчел». Перед началом игры «пчелы» занимают места в своих «ульях» (ульями могут послужить скамейки, лесенки). По команде ведущего «пчелы» улетают на луг за медом, а в это время «медведи» забираются в «ульи» и лакомятся медом. Услышав сигнал «Медведи!», все «пчелы» возвращаются в «ульи» и «жалят» (салят) не успевших убежать «медведей». В следующий раз ужаленный «медведь» уже не выходит за медом, а остается в берлоге.

**Подвижная игра "Третий лишний" (3 класс)**

Участники прогуливаются по кругу парами, взявшись за руки. Расстояние между парами 1,5 — 2 метра. Двое водящих, один из которых убегает, другой догоняет. Убегающий игрок в любой момент может встать впереди любой пары. В этом случае, задний игрок пары, перед которой он встал, становится тем, кого догоняют. Если все же игрока удалось догнать и осалить, то водящие меняются ролями.

**Игра «К своим флажкам» (2 класс)**

Играющие делятся на группы по 6—8 человек и становятся в кружки в разных местах площадки (зала). В центре каждого кружка — водящий с флажком в поднятой руке (флажки разного цвета).

По первому сигналу все, кроме держащих флажки, разбегаются по площадке, по второму сигналу — приседают и закрывают глаза, отвернувшись от водящих. Дети с флажками в это время меняются местами. По команде учителя: «Все к своим флажкам!» — играющие открывают глаза, ищут свой флажок, бегут и строятся вокруг него.

Побеждает группа, быстрее других образовавшая кружок.

*Правила игры:*

1. Игра начинается по сигналу учителя.

2. Если игроки какой-либо команды подглядывали, когда водящие менялись местами, то ей засчитывается поражение.

**Игра "У ребят порядок строгий" (2 класс)**

Играющие в шеренге. По сигналу учителя они разбегаются по площадке (залу) и произносят (поют):

У ребят порядок строгий, знают все свои места.

Ну, трубите веселее: Тра-та-та*,*тра-та-та!

Сигнал учителя. Играющие быстро строятся в шеренгу в указанном месте. Места построения во время игры меняются. Строиться можно не только в шеренгу, но и в колонну. Игру можно проводить под музыку.

**Игра "Шишки, желуди, орехи" (2 класс)**

Играющие становятся тройками и, взявшись за руки,  образуют круг. Каждый в тройке имеет название: шишка, желудь, орех. Один из играющих — водящий. Он находится вне круга.Учитель произносит слово «орехи» (или «желуди», «шишки»), и все, имеющие это название, меняются местами, а водящий старается занять чье-либо место.

*Варианты:* слова произносит не учитель, а водящий; играющие стоят не в кругах, а в колоннах; играющие стоят в шеренгах.

**Игра "Фигуры" (2 класс)**

Один из играющих — водящий. По сигналу учителя все дети разбегаются по залу (площадке), играют. По второму сигналу играющие останавливаются, принимают какую-либо позу (фигуры спортсменов, животных, работающих людей и др.) и в этой позе замирают, не шевелятся. По третьему сигналу водящий ходит среди фигур и касается рукой того игрока, который пошевелился. После этого игра начинается снова, но водящим становится тот, кого коснулся водящий. Бывший водящий присоединяется к играющим. После каждой игры учителю следует обращать внимание на наиболее удачные позы, принятые учениками. В конце игры надо отметить детей, принимавших трудные позы и ни разу не пошевелившихся.

*Вариант:* водящим становится и тот, кто пошевельнулся, а игрок, чья фигура больше всех понравилась водящему.

**Игра "Карлики и великаны" (2 класс)**

Ведущий объясняет игрокам правила игры.

Когда он произносит слово "карлики" - все должны присесть, потому что карлики маленькие. Произносить это слово он должен тоненьким голосом.

Когда он произносит слово "великаны", грубым голосом, все должны встать и поднять руки вверх.

Ведущий объявляет: "Ребята, запомните, правильные команды - это "карлики" и "великаны". На остальные команды вы не должны реагировать". И произносит вышеупомянутые команды, а еще "Встаньте", "Сядьте", "Поднимите руки вверх", все вперемешку. Те, кто выполняет неправильные команды, выбывают. Побеждает тот, кто допустит меньше всех ошибок.

**Игра «Быстрей по местам» (2 класс)**

Дети стоят в кругу на расстоянии вытянутых рук, место каждого отмечается предметом. По слову «бегите», дети выходят из круга, ходят, бегают или прыгают по всей площадке. Учитель убирает один предмет. После слов «по местам», все дети бегут в круг и занимают свободные места. Оставшемуся дети хором говорят «Ваня, Ваня, не зевай, быстро место занимай!»

*Правила:* Место в кругу можно занимать только после слов «По местам». Нельзя оставаться на месте после слова «бегите».

*Варианты:*  В начале игры не прятать кубик, чтобы никто не оставался без места. Убрать 2 или 3 кубика. Зимой втыкают в снег флажки.

**Игра "Флюгер" (2 класс)**

Учитель выясняет, знают ли дети, где север, юг, восток и запад, и предлагает после этого игру. Учитель – ветер, ребята – флюгеры. Когда учитель говорит: «Ветер дует с севера», флюгеры должны повернуться лицом к югу, если ветер с запада – к востоку и т.д. Если учитель говорит: «Буря», флюгеры должны закружиться на одном месте; если он говорит: «Переменно», флюгеры начинают покачиваться на месте; «Штиль» – все замирают.

Для усвоения правил проводится репетиция. Игра ведется в быстром темпе. Можно 2 и 3 раза подряд называть одно и то же направление ветра. Тогда никто из игроков не должен поворачиваться. Победителями считаются те, кто сделает меньшее число ошибок.

**Игра "Воробьи - попрыгунчики" (2 класс)**

На полу чертят круг такой величины, чтобы все играющие могли свободно разместиться по его окружности. Один из играющих — «кот» — становится в центре круга. Остальные играющие — «воробышки» — находятся за кругом, у самой черты.

По сигналу учителя «воробышки» на­чинают впрыгивать внутрь круга и выпрыгивать из него, а «кот» старается поймать кого-либо из них внутри круга. Тот, кого пой­мали, становится «котом», а «кот» — «воробышком», и игра про­должается.

Побеждает тот, кого ни разу не поймали.

*Правила игры:*

1. Игра начинается по сигналу руководителя.

2. «Воробышки» могут прыгать на одной ноге.

**Игра "Ловишки" (4 класс)**

Дети находятся на площадке. Ловишка, назначенный учителем или выбранный играющими, становится на середине площадки. По сигналу: «Раз, два, три — лови!» — все дети разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который стараются догнать одного из играющих и коснуться его рукой (запятнать). Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону. Когда будет запятнано 3—4 играющих, выбирается новый ловишка.

**Башкирская игра Юрта (Тирмэ) (4 класс)**

В игре участвуют четыре подгруппы детей, каждая из которых образует круг по углам площадки. В центре каждого круга стоит стул, на котором повешен платок с национальным узором. Взявшись за руки, все идут четырьмя кругами переменным шагом и поют:

Мы, веселые ребята,

Соберемся все в кружок

Поиграем, и попляшем,

И помчимся на лужок

На мелодию без слов ребята переменным шагом перемещаются в общий круг. По окончании музыки они быстро бегут к своим стульям, берут платок и натягивают его над головой в виде шатра (крыши, получается юрта).

*Правила игры.*С окончанием музыки надо быстро подбежать к своему стулу и образовать юрту. Выигрывает группа детей, первой построившая юрту.

**Башкирская игра "Медный пень" (Бакырбукэн) (4 класс)**

Играющие парами располагаются по кругу. Дети, изображающие медные пни, сидят на стульях. Дети-хозяева становятся за стульями.

На башкирскую народную мелодию водящий-покупатель двигается по кругу переменным шагом, смотрит внимательно на детей, сидящих на стульях, как бы выбирая себе пень. С окончанием музыки останавливается около пары и спрашивает у хозяина:

Я хочу у вас спросить,

Можно ль мне ваш пень купить

Хозяин отвечает:

Коль джигит ты удалой,

Медный пень тот будет твой

После этих слов хозяин и покупатель выходят за круг, встают за выбранным пнем друг к другу спиной и на слова: "Раз, два, три - беги" - разбегаются в разные стороны. Добежавший первым встает за медным пнем.

*Правила игры.*Бежать только по сигналу. Победитель становится хозяином.

# Игра «Ищем палочку» (4 класс)

Участники игры становятся по обе стороны бревна (скамейки, доски), закрывают глаза. Ведущий берет короткую палочку (10 см) и бросает подальше в сторону. Все внимательно слушают, стараются отгадать, где упала палочка. По команде «Ищите!» игроки разбегаются в разные стороны, ищут палочку. Выигрывает тот, кто найдет ее, незаметно подбежит к бревну и постучит палочкой. Если же другие игроки догадались, у кого находится палочка, то стараются догнать его и запятнать. Тогда палочка переходит к тому игроку, который догнал. Теперь уже он убегает от остальных.

*Правила игры.* Осаленный должен быстро передать палочку.

**Дагестанская игра " Выбей из круга" (4 класс)**

Чертят круг диаметром 30 см. На расстоянии 3–4 м от него проводят линию. Играют пять-шесть детей. У каждого игрока имеется плоский камень диаметром 5 см и двадцать маленьких камешков (или косточек).

Каждый игрок кладет в круг определенное количество камешков (от двух до пяти – по договору играющих). С помощью считалки определяют, кому начинать игру. Тот, кого выбрали, бросает свой плоский камень в круг, стараясь попасть в кучу маленьких камешков. В случае промаха камень остается лежать на месте. Если никто не попадет в круг, то тот игрок, чей камень находится ближе к кругу, должен разбить кучу камешков, бросив в круг свой плоский камень с того места, где он лежит. За ним бросает следующий, у кого лежит камень ближе к кругу.

Итак, каждый бросает свой плоский камень в круг до тех пор, пока не будут выбиты все камешки. Выигрывает тот, кто выбьет из круга наибольшее количество камешков.

*Правила игры*. Бросать камень надо только от линии или от того места, куда он упал. Если у двоих игроков камень упадет на одинаковом расстоянии от круга, игру начинают заново.

**Дагестанская игра " Подними платок" (4 класс)**

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

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

**Игра «Катание мяча» (4 класс)**

Играющие образуют круг, опускаются на колени и садятся на пятки. Учитель катит мяч кому – нибудь из детей. Тот, отталкивает от себя рукой, не давая коснуться ног, другому играющему. Если мяч коснулся ног, ребенок делает шаг из круга. Сидя за кругом, проигравший принимает участие в игре, если он отталкивает мяч случайно посланный ему. Продолжительность игры 4 – 5 минут.

**Игра "Рыбки" (4 класс)**

Выбираются 2 "рыбака", остальные  — "рыбы". Они ведут хоровод и поют:

В воде рыбки живут,  
Нет клюва, а клюют.  
Есть крылья — не летают,  
Ног нет, а гуляют.  
Гнезда не заводят,  
А детей выводят.

"Рыбы" разбегаются, "рыбаки" берутся за руки и ловят "рыб".  Пойманные "рыбы" присоединяются к "рыбакам", отчего "сеть" становится длиннее, и ловят оставшихся "рыб".

**Кабардино-балкарская народная игра "Под буркой" (4 класс)**

Играющие делятся на две команды по 5—8 человек. По жребию определяют, в какой команде будет бурка (национальный вид одежды). Старший (тамада) садится на землю, укрывшись буркой, а игроки этой команды располагаются вокруг, охраняя его. Другая команда, водящая, отходит от них на 20—30 м.

По указанию тамады от водящих к соперникам идут два игрока. Увидев их, охрана спрашивает: «Кто идет?» Если идущие не отвечают, то вопрос задается повторно с целью заставить их говорить. Не доходя 2—3 м до бурки, ходоки останавливаются и по очереди отвечают: «Гости». «Если гости — проходите. Добро пожаловать!» — говорит тамада под буркой. Продвигаясь ближе к бурке, пришедшие говорят: «Мы не гости, мы медведь и волк». После этого тамада, не снимая бурки, пытается угадать, кто подошел, и говорит с возмущением: «Так вы не гости, вы обманщики! Медведь — это … (называет имя игрока), а волк … (имя игрока)».

Если пришедших узнали, они сразу убегают, а охрана их догоняет. Кого охрана «осалит», тот становится пленником тамады.

Далее водящая команда может посылать еще двух игроков к бурке. Когда тамада под буркой ошибается, то двое пришедших спокойно забирают двух игроков из его охраны и возвращаются к своим. Если угадывается имя только одного пришедшего, охрана устремляется за ним с целью его пленить, а другой (неузнанный) забирает с собой одного из охранников. Отгаданного охранник преследует до тех пор, пока он не добежит до своей команды, которая, став в круг, имитирует крепость с одними воротами, образованными с помощью поднятых рук. Когда преследуемый уже в кругу, все опускают руки. Если охранники по инерции заскакивают в круг, они становятся пленными. Пленные обеих команд принимают участие в игре своей новой команды. Игра заканчивается, когда одна из групп пленила всех рядовых игроков.

*Правила игры:*идущая пара игроков заранее договаривается, кто из них волк, а кто — медведь. Первым на вопросы должен отвечать медведь, а вторым волк;

сидящий под буркой тамада соответственно называет сначала имя медведя, затем волка; охрана должна стоять на линии рядом с буркой и бросаться в погоню за гостями только тогда, когда те начинают убегать.

**Калмыцкая народная игра " Альчик" (4 класс)**

Каждый из участников игры ставит на землю условленное количество альчиков в стоячем положении в один ряд так, чтобы образовалась линия длиной до 1 м. Игроки отходят от этого места на значительное расстояние (до 10—15 м) и оттуда бросают биты с таким расчетом, чтобы выбить альчик из образованного ряда на расстояние шага (не менее 50 см).

Игральными костями (альчиками) служат овечьи, редко козьи астраганы. Коровьи астраганы выступают в роли биты.

*Правила игры:*Бросать биту следует поочередно;выигравшим считается тот, кто выбил три альчика подряд. Он забирает либо все кости, поставленные на кон, либо те из них, которые он сумел выбить.

**Карельская народная игра "Мяч" (4 класс)**

Играющие делятся на две команды. Игроки одной команды рисуют для себя на площадке крепость - квадрат, каждая сторона которого равна пяти шагам. Игроки другой команды находятся в поле. Они подходят к крепости не ближе чем на пять шагов. У одного из нападающих в руках мяч. Он бросает его в защитников крепости. Тот, в кого попали, поднимает мячик и бросает его в наступающих, а те, в свою очередь, снова бросают мячик в защитников крепости. Промахнувшийся выбывает из игры.

*Правила игры.* Наступающие бросают мяч с определенного расстояния, не ближе. Они могут увертываться от мяча защитников только в пределах поля, а защитники - в пределах крепости.

**Карельская народная игра "Я есть!" (4 класс)**

Для игры выбирают площадку длиной 50 - 60 м и шириной не более 10 м. Играет четное количество детей. Они распределяются на две равные команды, договариваются или решают по жребию, какая будет водить. В середине площадки на расстоянии 2 - 3 м качаются две линии, за которыми строятся две друг против друга шеренги. Игроки убегающей команды дружно все вместе хлопают в ладоши, поворачиваются и быстро бегут к своему краю площадки. Водящая команда бежит за ними, стараясь осалить хоть одного из убегающих прежде, чем они пересекут линию, очерчивающую площадку. Тот игрок, кого осалили, должен громко крикнуть: «Оленпа!» («Я есть!»). После этого он и вся его команда поворачиваются и ловят игроков водящей команды, которые стремятся убежать за черту на конце своей площадки.

Игра продолжается до тех пор, пока одной из команд не удастся в полном составе убежать за черту неосаленной.

Ее считают победительницей. Затем водит другая команда.

*Правила игры.* Ловить можно любого игрока. Осаленный обязательно должен крикнуть: «Я есть!» Не разрешается убегать за боковую линию площадки.

**Игра народа Коми "Невод" (4 класс)**

Играющие выбирают рыбу. На голову ей надевают платок или венок из цветов и помещают в центр хоровода, изображающего невод. На расстоянии 2-3 м от хоровода устанавливаются четыре украшенных лентами шеста. Рыба, пробравшись сквозь невод (под руками играющих), бежит к одному из шестов. Игроки догоняют ее. Если рыбу не догнали, и она спряталась за шестом, она остается рыбой, если поймают, то она возвращается в хоровод. Рыбой становится тот, кто ее догнал.

*Правила:* Игроку, выбегающему из-под невода, надо проявлять ловкость, а не силу. Разрывать круг нельзя.

**Игра народа Коми " Стой, олень" (4 класс)**

Среди играющих выбирают двух пастухов, остальные участники- олени. Они становятся внутри очерченного круга. Пастухи находятся за кругом, друг против друга. По сигналу ведущего «Раз, два, три- лови!» пастухи по очереди бросают мяч в оленей, а те убегают от мяча. Олень, в которого попал мяч, считается пойманным. После четырех-пяти повторений подсчитывается количество пойманных оленей.

*Правила:*Игра начинается по сигналу ведущего.Бросать мяч можно только в ноги играющих. Засчитывается прямое попадание, а не после отскока.

**Марийская народная игра "Катание мяча" (4 класс)**

Играющие договариваются, в каком порядке они будут катить свалянный из шерсти мяч. На ровной площадке на расстоянии 3 - 5 м от черты, за которой располагаются играющие, вырывается небольшая ямка (диаметр и глубина ее чуть больше мяча). Первый игрок катит мяч, стараясь попасть в ямку. Если попадет, он получает одно очко и катит мяч еще раз. Если же игрок промахнется и не попадет в ямку, катит следующий по очереди.

Победит тот, кто первым наберет условное количество очков.

*Правила игры.* Мяч надо катить, а не бросать в ямку. Нельзя заступать за черту, от которой катят мяч.

**Якутская народная игра "Сокол и лиса" (4 класс)**

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

*Правила игры:*

- время появления лисы определяется сигналом ведущего.

- лиса ловит тех, кто не присел.

**Татарская народная игра "Серый волк" (4 класс)**

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

Вы, друзья, куда спешите?

В лес дремучий мы идем.

Что вы делать там хотите?

Там малины наберем.

Вам, зачем малина, дети?

Мы варенье приготовим.

Если волк в лесу вас встретит?

Серый волк нас не догонит!

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

Соберу я ягоды и сварю варенье,

Милой моей бабушке будет угощенье.

Здесь малины много, всю и не собрать,

А волков, медведей вовсе не видать!

После слов не видать серый волк встает, а дети быстро бегут за черту. Волк гонится за ними и старается кого-нибудь запятнать. Пленников он уводит в логово – туда, где прятался сам. Правила игры. Изображающему серого волка нельзя выскакивать, а всем игрокам убегать раньше, чем будут произнесены слова не видать. Ловить убегающих можно только до черты дома.

**Якутская народная игра "Пятнашки" (4 класс)**

Двое играющих кладут руки друг другу на плечи и, подпрыгивая, попеременно ударяют правой ногой о правую, а левой о левую ногу напарника.

Игра ведется ритмично в виде танца.

*Правила игры.* Ритмичность движений, их мягкость соблюдать обязательно.

**Удмуртская народная игра "Водяной" (4 класс)**

Очерчивают круг – это пруд или озеро, река. Выбирается ведущий – водяной. Играющие бегают вокруг озера и повторяют слова: «Водяного нет, а людей-то много».

Водяной бегает по кругу (озеру) и ловит играющих, которые подходят близко к берегу (линии круга). Пойманные остаются в кругу. Игра продолжается до тех пор, пока не будет поймано большинство игроков.

*Правила игры.* Водяной ловит, не выходя за линию круга. Ловишками становятся и те, кого поймали. Они помогают водяному.

**Удмуртская народная игра "Серый зайка" (4 класс)**

На площадке чертится квадрат (6х6 метров) – это забор. У одной из сторон забора сидит зайка. Собаки (10 игроков) располагаются полукругом в 3-5 му противоположной стороны забора. Участвующие в игре дети говорят: «Зайчонок, зайчонок, почему в огород заходил? Почему мою капусту ел?» На последние слова зайка делает прыжок от забора и старается убежать. Собаки ловят его, окружая сцепленными руками.

*Правила игры:*

- заяц считается пойманным при полном смыкании круга.

- зайцу нельзя выбегать из-под рук при сомкнутом круге.

**Игра "Колесо" (4 класс)**

Из числа играющих выбирается один водящий. Ос­тальные делятся на четыре—шесть групп, равных по количеству. Каж­дая группа становится в колонну лицом к центру, все колонны распо­лагаются наподобие спиц колеса. Водящий находится в стороне.

По команде учителя водящий бежит вокруг колеса, останавливается возле любой спицы и касается рукой пле­ча игрока, стоящего последним. Тот передает это касание стоящему впереди, он — дальше к центру и т.д. Стоящий в колонне первым, почувствовав прикосновение, громко говорит «Хоп!» и бежит вправо (или влево), обегая с наружной стороны все спицы колеса.

Все игроки колонны, в том числе и водящий, бегут за ним, стараясь по пути обогнать друг друга. Важно не остаться последним, когда спица вер­нется на прежнее место. Тот, кто окажется последним, идет водить. Он может вызвать на соревнование в беге игроков другой колонны.

Побеждают те, кто ни разу не были водящими.

*Правила игры:*

1.     Обегающим спицы запрещается пробегать сквозь стоящих игроков.

 2. Последним нельзя мешать перебежке.

 3. На­правляющий не может изменять направление бега на ходу.

  4. Ко­манда «Хоп!» выполняется обязательно.

**Игра "Чиж" (4 класс)**

Для игры в чижа нужна, бита - палка (лучше плоская, один конец которой выстругивается в виде лопаточки) и собственно чижик - маленькая круглая палочка, концы которой заостряются на манер карандаша или косо срезаются. Длина биты - 75-80 сантиметров. Размеры чижика: длина - 10 сантиметров, толщина - 2-2,5 сантиметра.

На земле чертят круг (город) поперечником в один шаг, в двух шагах от круга проводят линию кона, за которой начинается поле - место, куда следует направлять полет чижика.

Водящий становится за линией кона, а метальщик - возле круга. Чижик устанавливается в центре круга заостренным концом в сторону поля. Ударив битой по острому концу, метальщик отбивает подскочивший чижик как можно дальше за линию кона.

Задача водящего - поймать чижик или, если ему это не удалось, с места, где чижик упадет на землю, попасть им в круг - «город». Метальщик в это время имеет право отбивать битой летящий в «город» чижик. Если водящий не попадет в круг, то метальщик снова бьет по чижику.

Водящий и метальщик меняются ролями, если:

1. После удара чижик не вылетит из «города» или ляжет между кругом и линией кона.

2. Водящий поймает летящий чижик.

3. Чижик, брошенный водящим, ляжет в «городе».

Обычно играющие заранее определяют число очков, до которых будет идти игра. Каждый удар по чижику - одно очко. Чижик можно выбить за линию кона, просто сильно ударив по заостренному концу (1 удар - 1 очко), а можно, ударив потихоньку (1 очко), послать подскочивший чижик вторым ударом (еще 1 очко) далеко в поле.

Сами понимаете, что второй вариант сложней и рискованней (ведь можно промахнуться по подскочившему чижику, и он тогда останется в городе), но риск, как правило, оправдывается - и дополнительное очко заработано, и чижик улетел подальше.

Иногда договариваются, что водящий, поймав летящий чижик, вместе с правом па удар получает и все очки метальщика.

Если чижик, брошенный водящим в «город», будет удачно отбит метальщиком, то последнему начисляются очки - столько, сколько раз ляжет на землю палка-бита до упавшего чижика. При этом сам удар битой по чижику тоже считается за очко.

Впрочем, можно и не мерить битой, а определять на глаз и сообщать противнику, который соглашается или не соглашается с названным числом. При несогласии спор разрешается измерением - и если при этом оказывается, что метальщик называл меньшее, чем получилось в действительности, число, то остаток уже измеряют не битой, а чижиком. Если же бьющий запросил слишком много, то излишек (тоже измеренный чижиком) вычитают из счета.

В чижа можно играть и командами. Игроки бьющей команды располагаются у «города» и по очереди отбивают чижик. Водящая команда находится за линией кона и ловит или задерживает чижик. Особенности командной игры такие:

1. Игрок после промаха или если он не сумеет отбить чижик, брошенный в «город», передает право на удар следующему игроку своей команды.

2. Если последний из команды метальщиков сделает промах или не отобьет чижик, команда идет водить.

3. В том случае, если чижик будет пойман водящими, вся команда метальщиков немедленно уступает «город» и выходит в поле водить.

4. Счет очков ведется общий, командный.

**Игра "Гонки с шайбой" (3 класс)**

На игровой площадке (плотно утоптанный снег или ледовая площадка) проводится линия. Перед этой ли­нией строятся в колонну две-три команды с равным чис­лом участников. На расстоянии 15—20 м от линии уста­навливают флажки или другие ориентиры по числу иг­рающих команд. Первые номера команд получают клюшки и шайбы (пластмассовые, резиновые или дере­вянные кружочки).

По сигналу учителя начинается игра. Задача игроков пройти с шайбой до флажка, обогнуть его и вернуться об­ратно, передав клюшку и шайбу второму игроку, и т. д. Выполнивший задание становится в конец колонны. Игра заканчивается, когда все игроки команды выполнили это упражнение. Победителем считается команда, последний игрок который закончил выполнение задания первым**.**

*Варианты игры:*

* вместо командных соревнований можно прово­дить «личное первенство», определяя победите­лей сначала в парах или тройках, а потом между ними;
* на ледовых площадках дети, умеющие кататься на коньках, могут выполнить это задание на коньках.

**Игра "Совушка" (3 класс)**

На одной стороне зала обозначается гнездо совушки. В гнезде помещается водящий Совушка. Остальные играющие изображают птиц, бабочек, жуков и т. д.; они разлетаются по всему залу. Через некоторое время воспитатель произносит: «Ночь!». Играющие останавливаются на месте в той позе, в какой их застала ночь. Совушка вылетает из своего гнезда, машет крыльями и смотрит, кто шевелится. Того, кто пошевелился, уводит в свое гнездо, а воспитатель произносит: «День!» Бабочки, жуки, птицы оживают и опять начинают кружиться, летать. После двух вылетов на охоту подсчитывается количество пойманных. Выбирается другая совушка.

**Игра "Вызов номеров" (3 класс)**

В зависимости от количества учащихся класс делится на 2-4 команды. Команды располагаются в колоннах. Интервалы не менее 3 шагов, дистанция 1 шаг. Все команды рассчитываются по порядку номеров. Участники запоминают свои номера. Напротив команд, на лицевой линии волейбольной или баскетбольной площадки устанавливаются булавы. У учителя в руках таблички с номерами. Учащиеся выполняют общеразвивающие упражнения, учитель неожиданно показывает какую-нибудь табличку с номером, игроки под этим номером бегут к булавам, оббегают их и финишируют на средней линии. Учитель объявляет количество очков выигранных каждой командой, капитаны ведут счёт. Выигрывает команда набравшая большее количество очков.

**Игра "Лепим снеговика" (3 класс)**

Давай, дружок, смелей, дружок,   *Идут по кругу, изображая, будто* Кати по снегу свой снежок.                    *катятперед собой снежный ком,*

Он превратится в снежный ком,            *«Рисуют» руками большой круг.*

И станет ком снеговиком.                      *«Рисуют» снеговика из трех комков.*

Его улыбка так светла!                        *Широко улыбаются.*

Два глаза, шляпа, нос, метла.                *Показывают глаза. Прикрывают голову*

*ладошкой, дотрагиваются до носа.*

Но солнце припечет слегка –                *Медленно приседают.*

Увы! – и нет снеговика.                        *Разводят руками, пожимают плечами.*

**Игра "Гонка с шайбой" (3 класс)**

Участники игры стоят в таком порядке: мальчики против девочек.   
Каждая команда получает шайбу и клюшку.   
По сигналу первый ученик – мальчик – обводит поставленные предметы, стараясь не сбить, доводит шайбу до девочек, передает ей шайбу и клюшку; остается в этой команде, а девочка бежит с шайбой и клюшкой до команды мальчиков, передает шайбу и клюшку мальчикам, а сама уходит в конец колонны. Игра продолжается.

**Игра"Ловишки" (2класс)**  
 Играющие образуют круг. Каждый прикрепляет сзади к поясу ленточку. В центре круга водящий-ловишка. По сигналу учителя  «Беги!» все дети разбегаются, а ловишка старается вытянуть у кого-либо ленточку. Лишившийся ленточки игрок отходит в сторону. По сигналу учителя «Раз, два, три в круг скорей беги!» дети снова образуют круг. Ловишка показывает собранные им ленточки и возвращает их играюшим. Игра возобновляется с новым водящим.

**Белорусская игра "Михасик" (4 класс)**

Для проведения игры по кругу ставятся шесть пар лаптей. Семь участников игры располагаются вокруг лаптей. Ведущий произносит слова: «Ты, Михасик, не зе­вай, лапоточки обувай, обувай!» После этих слов все уча­стники подскоками или шагом белорусской польки (игру можно проводить под музыку) движутся по кругу. С окон­чанием музыки (или по сигналу) все останавливаются и каждый старается быстрее обуть лапти. Ребенок, остав­шийся без лаптей, выбывает из игры. Убирается одна пара лаптей, и игра продолжается до тех пор, пока оста­нется один игрок. Он и считается победителем.

***Правила игра:***

* игроки обувают лапти только по сигналу (или по окончании музыки);
* двигаться по кругу, составленному из лаптей, надо с его наружной стороны.

**Белорусская игра "Прела-горела" (4 класс)**

Ведущий (или игрок) в разных местах прячет игрушки, сопровождая действия словами:

* Прела-горела, за море летела,
* А как прилетела,
* Так где-то и села,
* Кто первый найдет,
* Тот себе возьмет!

После этих слов все разбегаются по площадке, ищут спрятанные предметы. Кто больше найдет, тот и выиграл.

*Правила игры.* Начинать искать предметы можно только после произнесенных слов. Во время раскладывания игрушек все должны стоять с закрытыми глазами и не подсматривать. Прятать игрушки необходимо быстро.

**Чувашская игра "Хищник в море" (4 класс)**

В игре участвуют до десяти детей. Один из играющих выбирается хищником, остальные – рыбки. Для игры нужна веревка длиной 2-3 м. На одном конце ее делают петлю и надевают на столбик или колышек. Игрок, выполняющий роль хищника, берется за свободный конец веревки и бежит по кругу так, чтобы веревка была натянута, а рука с веревкой была на уровне коленей. При приближении веревки детям-рыбкам нужно прыгать через нее.

*Правила игры.* Задетые веревкой рыбки выходят из игры. Ребенок, выполняющий роль хищника, начинает бег по сигналу. Веревка должна быть постоянно натянута.

**Игра «Колдун» (4 класс)**

Заколдованный игрок остается на месте. Долго стоять в «домике» нельзя.

Перед началом игры выбирают колдуна. Для этого один из игроков вытягивает перед собой правую руку ладонью вниз, остальные подставляют под нее по одному указательному пальцу.

Водящий говорит:

***«Под моею крышею собрались мыши, белки, зайцы – цап!» или «На горе стояли зайцы и кричали: «Прячьте пальцы – цап! »***и по окончании считалки все отдергивают пальцы, а игроку с вытянутой рукой необходимо захватить чей-нибудь палец. Тот, чей палец будет захвачен, становится «колдуном», или другой вариант выбора водящего:  руководитель берёт метёлочку, встаёт в центр круга, закрывает глаза и раскручивается, как волчок на кого показывает «стрелка» - тот колдун. «Колдун» одевает шапку, берёт метёлочку раскручивается под слова: ***«Раз, два, три – колдуй, лови!»*,** все разбегаются, а колдун пытается догнать кого-нибудь и дотронуться «метёлочкой». «Заколдованный» замирает, встаёт ноги врозь руки в стороны и говорит: «Расколдуйте меня золотого коня». Расколдовать его могут другие игроки, пролезая под ногами «заколдованного», расколдованный вновь вступает в игру.**«**Колдун» следит за своей жертвой, и как только кто-либо снимает чары, то он старается повторным ударом снова напустить их, кроме того, он пытается заколдовать и тех, кто отважился выручить товарища. За кем-то одним долго гнаться нельзя, когда кто-то устанет, останавливается на пазлах (это домик) и говорит: «Чур-Чура! Я в домике». Игра продолжается до тех пор, пока всех не «заколдуют».

**Азербайджанская игра "Белый мяч и черный мяч" (4 класс)**

Для игры нужны два мяча из войлока или шерсти белого и черного цвета. Играющие делятся на две равные команды. В каждой команде выбирается ведущий. Одному ведущему дают мяч белого цвета, другому - черного цвета.

По сигналу ведущие бросают свои мячи как можно дальше. По второму сигналу по одному игроку из каждой команды бегут за своим мячом. Победитель, т. е. тот, кто быстрее принес мяч своему ведущему, получает очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

*Правила игры*. Бросать мяч и бежать за ним можно только по команде. Мяч бросать надо как можно дальше.

**0**