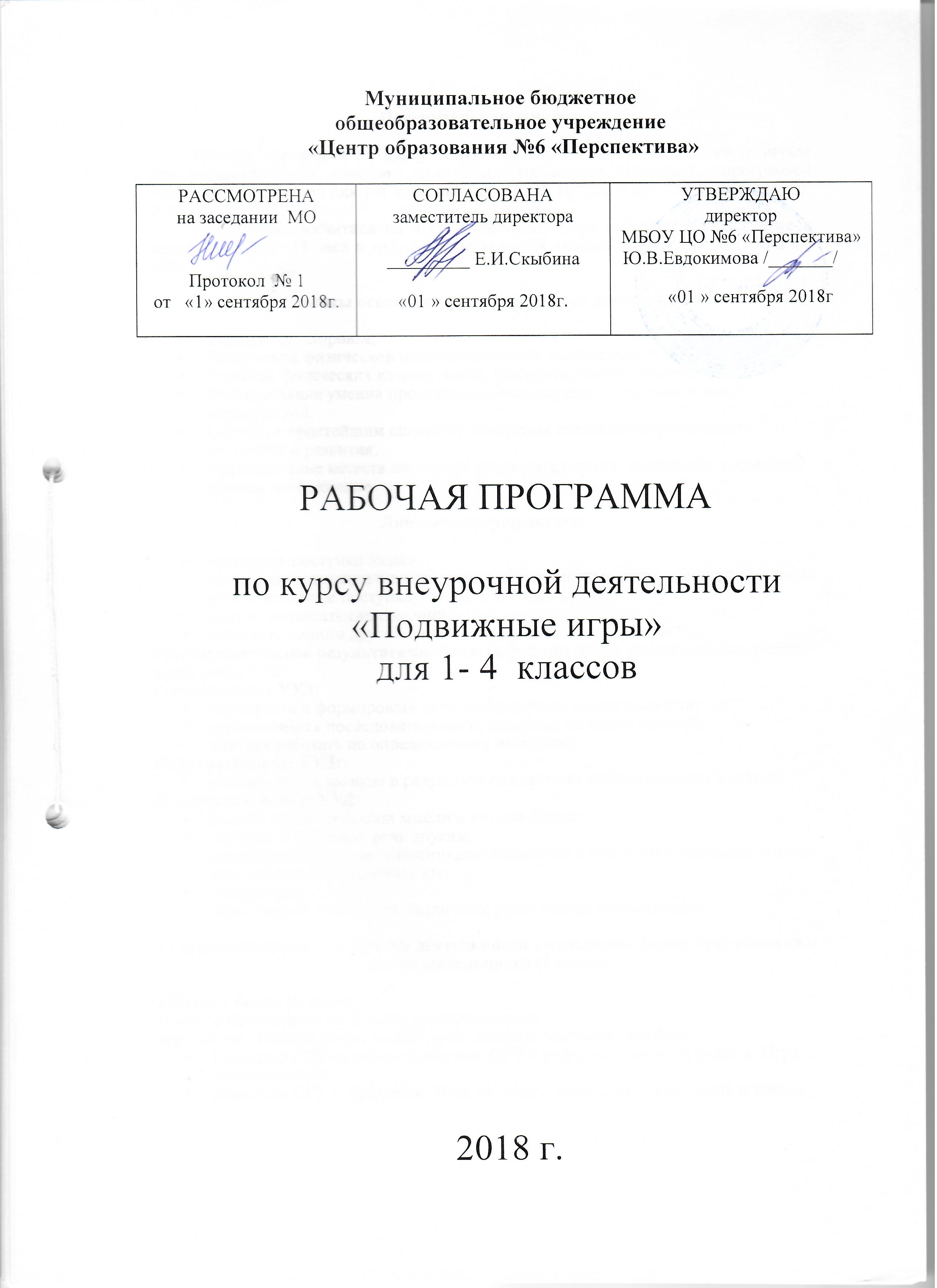
****

**Пояснительная записка**

Подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС НОО.

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры» для учащихся 1-4-х классов составлена на основе программы Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В. И. Лях и  А. А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2011 г., допущенной Министерством  образования и науки Российской Федерации;

Программа рассчитана на 4 года обучения. Курс включает одно занятие в неделю, 1 класс -33 часа в год, 2-4 классы по 34 занятия за учебный год.

Виды внеурочной деятельности- игровая, познавательная.

Форма занятий-групповая. Содержание программы ориентировано на одновозрастные группы детей.

Связь с другими предметами. Элементы данной программы присутствуют в таких разделах образовательной программы НОО, как «Окружающий мир», «Математика», «Литературное чтение», «Русский язык».

**Цель программы** сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

**Задачи программы**

Образовательные:

* Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
* Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
* Формирование интереса к народному творчеству.
* Расширение кругозора младших школьников.

Развивающие:

* Развитие познавательного интереса к русским народным играм, включение их в познавательную деятельность;
* Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
* Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
* Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

* Воспитание чувства коллективизма;
* Формирование установки на здоровый образ жизни;
* Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

**Ожидаемые результаты**

1. Укрепление здоровья;
2. Повышение физической подготовленности двигательного опыта.
3. Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.
4. Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.
5. Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
6. Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение.

**Личностные результаты**

* оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм иценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
* умение выражать свои эмоции;
* понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

**Метапредметными результатами** является формирование универсальных учебныхдействий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

* определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
* проговаривать последовательность действий во время занятия;
* учиться работать по определенному алгоритму

**Познавательные УУД:**

* умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

**Коммуникативные УУД:**

* умение оформлять свои мысли в устной форме
* слушать и понимать речь других;
* договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения иобщения и следовать им;
* учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли(лидера исполнителя).

**Формы подведения итогов реализации программы**

Способы проверки знаний и умений:

* проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
* участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
* открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

* весёлые старты;
* спортивные эстафеты;
* фестиваль игр;
* праздник «Игромания»;
* спортивный праздник «Богатырские потешки»;
* «День здоровья»

**Учебно – тематический план**

**1-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название раздела | Количество часов |
| 1. | Игры с бегом (общеразвивающие игры). | 6 ч. |
| 2. | Игры с мячом. | 6 ч. |
| 3. | Игра с прыжками (скакалки). | 6 ч. |
| 4. | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 5 ч. |
| 6. | Зимние забавы. | 4 ч. |
| 7. | Эстафеты. | 4 ч. |
| 7. | Народные игры | 2 ч. |
|  | **Итого:** | **33 ч.** |

**2-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название раздела | Количество часов |
| 1. | Игры с бегом (общеразвивающие игры). | 5 ч. |
| 2. | Игры с мячом. | 5 ч. |
| 3. | Игра с прыжками (скакалки). | 5 ч. |
| 4. | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 2 ч. |
| 6. | Зимние забавы. | 8 ч. |
| 7. | Эстафеты. | 6 ч. |
| 7. | Народные игры | 3 ч. |
|  | **Итого:** | **34 ч.** |

**3-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название раздела | Количество часов |
| 1. | Игры с бегом (общеразвивающие игры). | 5 ч. |
| 2. | Игры с мячом. | 5 ч. |
| 3. | Игра с прыжками (скакалки). | 5 ч. |
| 4. | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 2 ч. |
| 6. | Зимние забавы. | 8 ч. |
| 7. | Эстафеты. | 6 ч. |
| 7. | Народные игры | 3 ч. |
|  | **Итого:** | **34 ч.** |

**4-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название раздела | Количество часов |
| 1. | Игры с бегом (общеразвивающие игры). | 5 ч. |
| 2. | Игры с мячом. | 5 ч. |
| 3. | Игра с прыжками (скакалки). | 5 ч. |
| 4. | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 2 ч. |
| 6. | Зимние забавы. | 8 ч. |
| 7. | Эстафеты. | 6 ч. |
| 7. | Народные игры | 3 ч. |
|  | **Итого:** | **34 ч.** |

**Содержание программы (1 класс)**

**1.Игры с бегом (6 часов)**

Правила безопасного поведения при проведении

игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

* Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Космонавты».
* Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
* Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Пустое место».
* Упражнения с предметами. Игра «Накинь кольцо».
* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Медведи и пчелы». Игра «Пастух и стадо».
* Комплекс ОРУ в движении. Игра «Карусель»

**2.Игры с прыжками (6 часов)**

Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

* Комплекс ОРУ. Игра «Пятнашки».
* Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
* Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Белки в лесу».
* Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Гуси-лебеди»
* Игра «Не оставайся на полу». Игра «Караси и щука».

**3.Игры с мячом (6 часов)**

Правила безопасного поведения при с играх мячом.

* Совершенствование координации движений. Игра «Ловля мячей сачками».
* Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «У кого мяч».
* Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Затейники». Игра «Скорый поезд».
* Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Школа мяча».

Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

**4.Игры малой подвижности (5 часов)**

Правила по технике безопасности при проведении игры малой

подвижности.

* Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Колпачок и палочка».
* Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
* Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Мы веселые ребята».

**5.Зимние забавы (4 часа)**

Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

* Игра «Снежные круги».
* Игра «Сделай фигуру».
* Игра «Тетери».
* Игра «Трактористы».

**6.Эстафеты (4 часа)**

Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки

* Эстафеты «Лошадки»
* Эстафеты «Кто скорее до флажка»
* Эстафеты «Успей пробежать»
* Эстафеты «Быстрей по местам»

**7.Народные игры (2 часа)**

История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

* Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
* Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»

**Содержание программы (2 класс)**

**1. Игры с бегом (5 часов)**

Правила безопасного поведения при проведении

игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

* Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»
* Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
* Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»

Игра «Пустое место».

Упражнения с предметами. Ирга «Невод». Игра «Колесо»

* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».
* Комплекс ОРУ в движении. Игра «Челнок». Игра «Карусель»

**2. Игры с прыжками (5 часов)**

Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

* Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».
* Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
* Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
* Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

**3. Игры с мячом (5 часов)**

Правила безопасного поведения при с играх мячом.

* Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».
* Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча

Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»

* Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
* Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча

Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

**4. Игры малой подвижности (2 часа)**

Правила по технике безопасности при проведении игры малой

подвижности.

* Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
* Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».

**5. Зимние забавы (8 часов)**

Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

* Игра «Лепим снежную бабу».
* Игра «Лепим сказочных героев».
* Игра «Санные поезда».
* Игра «На одной лыже».
* Игра «Езда на перекладных»

**6. Эстафеты (6 часов)**

Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки

* Веселые старты
* Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
* Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
* Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
* Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

**7. Народные игры (3 часа)**

История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

* Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
* Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
* Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

**Содержание программы (3 класс)**

**1. Игры с бегом (5 часов)**

Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

* Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
* Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
* Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – выручалочки».
* Комплекс ОРУ для укрепления мышц рук и плечевого пояса. Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Дай руку»

**2. Игры с мячом (5 часов)**

Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

* Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
* Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»

Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».

* Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
* Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

**3. Игры с прыжками (5 часов)**

Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

* Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
* Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
* Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
* Комплекс ОРУ. Игра « Стйлка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

**4. Игры малой подвижности (2 часов)**

Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

* Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
* Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.

Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»

**5. Зимние забавы (8 часов)**

Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

* Игра «Строим крепость».
* Игра «Взятие снежного городка».
* Игра «Лепим снеговика».
* Игра «Меткой стрелок».

**6. Эстафеты (6 часов)**

Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

* Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
* Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
* Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

**7.Народные игры (3 часа)**

Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

* Разучивание народных игр. Игра "Горелки"**.**
* Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
* Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

**Содержание программы (4 класс)**

**I. Игры с бегом (5 часов).**

Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

* Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
* Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта
* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
* Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».
* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Воробушки и кот». Игра «Игра «Без пары».

**2. Игры с мячом (5 часов)**

Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

* Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».
* Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».
* Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»

Игра «Защищай ворота».

* Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».

Игра «Мяч в центре».

**3. Игры с прыжками (5 часов).**

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

* Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».
* Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».
* Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
* Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

**4. Игра малой подвижности (2 часа).**

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».
* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».

**5.Зимние забавы (8 часов).**

Правила безопасного поведения

при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

* Игра «Снежком по мячу».
* Игра «Пустое место».
* Игра «Кто дальше» (на лыжах).
* Игра «Быстрый лыжник».

**6.Эстафеты (6 часов).**

Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.

Способы деления на команды. Повторение считалок.

* Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
* Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
* Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

**7.Народные игры (3 часов)**

Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

* Разучивание народных игр. Игра "Корову доить"
* Разучивание народных игр. Игра **"**Коршун"
* Разучивание народных игр. Игра "Бабки"

**Тематическое планирование с определением основных видов внеурочной деятельности обучающихся. 1 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Тема занятия | Кол-во часов | Виды внеурочной деятельности учащихся |
|
| 1. | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. ПИ «Пятнашки» | 1 | Развивать быстроту реакции на сигнал. Упражнять в беге с увертыванием и в ловле |
| 2. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками ПИ «Удочка». | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках на месте в высоту. |
| 3. | Комплекс ОРУ с предметами. ПИ «У кого мяч?» | 1 | Развивать у детей внимание, наблюдательность, координацию движения. |
| 4. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Белки в лесу» | 1 | Развивать у детей внимание, быстроту, ловкость. Упражнять в лазанье |
| 5. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками.ПИ «Гуси – лебеди» | 1 | Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге с увертыванием. |
| 6. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Перебежки» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании в подвижную цель. |
| 7. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Колпачок и палочка» | 1 | Развивать у детей внимание. Упражнять в ходьбе по кругу. |
| 8. | Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Накинь кольцо» | 1 | Развивать у детей внимание, глазомер, координацию движений. Упражнять в метании |
| 9. | Комплекс ОРУ.ПИ «Кошка и мышка», «Ловля мячей сачками» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, беге, ловле. |
| 10. | Профилактика детского травматизма. ПИ «Не оставайся на полу (на земле)» | 1 | Развивать у детей ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках, беге. |
| 11. | Комплекс ОРУ с предметами. ПИ «Затейники» | 1 | Развивать у детей находчивость, ловкость |
| 12. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Мы веселые ребята…» | 1 | Развивать у детей умение выполнять движения по словесному сигналу |
| 13. | Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Накинь кольцо» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании, ловле, согласованности движений. |
| 14. | Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. ПИ «Сделай фигуру» | 1 | Развивать у детей равновесие. Упражнять в беге, подскоках. |
| 15. | ПИ «Тетери» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, прыжках, ритмичности движений. |
| 16. | ПИ « Карусель» | 1 | Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг. |
| 17. | Знакомство с правилами проведения эстафет. ПИ «Лошадки» | 1 | Развивать у детей умение действовать по сигналу и согласовывать движения друг с другом. Упражнять детей в ходьбе и беге. |
| 18. | Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Снежные круги» | 1 | Развивать у детей внимание, глазомер. Упражнять в метании в цель. |
| 19. | ПИ «Трактористы» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, быстроту. |
| 20. | ПИ «Мышеловка» | 1 | Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. |
| 21. | ПИ «Кто скорее до флажка» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в подлезании. |
| 22. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Пастух и стадо» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в прыжках и ориентировке в пространстве. |
| 23. | ПИ «Караси и щука» | 1 | Развивать умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге и приседании, в построении в круг, в ловле. |
| 24. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Медведи и пчелы» | 1 | Развивать у детей смелость, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге и в лазании. |
| 25. | Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. ПИ «Пожарные на учении» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в лазании. |
| 26. | ПИ «Быстрей по местам» | 1 | Развивать у детей внимание, ориентировку в пространстве. Упражнять в беге |
| 27. | ПИ «Успей пробежать» | 1 | Развивать у детей координацию движений. Упражнять в беге. |
| 28. | ПИ «Школа мяча» | 1 | Развивать у детей внимание. Упражнять в ловле и метании |
| 29. | ПИ «Кто скорее» | 1 | Развивать у детей координацию движений. Упражнять в прыжках. |
| 30. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Космонавты» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, воображение. Упражнять в быстрой ориентировке в пространстве. |
| 31. | ПИ «Чье звено скорее соберется» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в беге на скорость, ориентировке в пространстве. |
| 32. | Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. ПИ «Бегунок» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, глазомер. Упражнять в метании в цель. |
| 33. | Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. ПИ «Верёвочка» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, глазомер. Упражнять в метании в цель. |

**Тематическое планирование с определением основных видов внеурочной деятельности обучающихся. 2 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Тема занятия | Кол-во часов | Виды внеурочной деятельности учащихся |
|
| 1. | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. ПИ «Вороны и воробьи» | 1 | Развивать быстроту реакции на сигнал. Упражнять в беге с увертыванием и в ловле |
| 2. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками ПИ «К своим флажкам». | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках на месте в высоту. |
| 3. | Комплекс ОРУ с предметами. ПИ «Невод», «Колесо» | 1 | Развивать у детей внимание, наблюдательность, координацию движения. |
| 4. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «День и ночь» | 1 | Развивать у детей внимание, быстроту, ловкость. Упражнять в лазанье |
| 5. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками.ПИ «Воробушки» | 1 | Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге с увертыванием. |
| 6. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Перебежки» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании в подвижную цель. |
| 7. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Пингвины с мячом» | 1 | Развивать у детей внимание. Упражнять в ходьбе по кругу. |
| 8. | Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Накинь кольцо» | 1 | Развивать у детей внимание, глазомер, координацию движений. Упражнять в метании |
| 9. | Комплекс ОРУ.ПИ «Передал - садись»  История возникновения игр с мячом. ПИ «Свечи» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, беге, ловле. |
| 10. | Профилактика детского травматизма. ПИ «Охотники и утки» | 1 | Развивать у детей ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках, беге. |
| 11. | Комплекс ОРУ с предметами. ПИ «Сбей мяч» | 1 | Развивать у детей находчивость, ловкость |
| 12. | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Рак пятится назад» | 1 | Развивать у детей умение выполнять движения по словесному сигналу |
| 13. | Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Скорый поезд» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании, ловле, согласованности движений. |
| 14. | Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. ПИ «Охотники и утки» | 1 | Развивать у детей равновесие. Упражнять в беге, подскоках. |
| 15. | ПИ «Змейка», «Карлики и великаны» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, прыжках, ритмичности движений. |
| 16. | ПИ «Стрекозы», «Чемпионы скакалки» | 1 | Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в прыжках на скакалке. |
| 17. | Зимние забавы. «Лепим снежную бабу». | 1 | Развивать у детей умение лепить из снега. |
| 18. | Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Санные поезда» | 1 | Развивать у детей внимание, глазомер. Упражнять в метании в цель. |
| 19. | Зимние забавы. ПИ «Лепим сказочных героев» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, быстроту. |
| 20. | Зимние забавы. ПИ «На одной лыже» | 1 | Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. |
| 21. | Зимние забавы. ПИ «Езда на перекладных» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в подлезании. |
| 22. | Зимние забавы. ПИ «Пастух и стадо» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в прыжках и ориентировке в пространстве. |
| 23. | Зимние забавы. ПИ «Караси и щука» | 1 | Развивать умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге и приседании, в построении в круг, в ловле. |
| 24. | Зимние забавы. ПИ «У медведя во бору» | 1 | Развивать у детей смелость, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге и в лазании. |
| 25. | Правила безопасного поведения при проведении эстафет.  Веселые старты | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в лазании. |
| 26. | Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек» | 1 | Развивать у детей внимание, ориентировку в пространстве. Упражнять в беге |
| 27. | Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд» | 1 | Развивать у детей координацию движений. Упражнять в беге. |
| 28. | Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны» | 1 | Развивать у детей внимание. Упражнять в ловле и метании |
| 29. | ПИ «Кто скорее» | 1 | Развивать у детей координацию движений. Упражнять в прыжках. |
| 30. | Эстафета «Космонавты» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, воображение. Упражнять в быстрой ориентировке в пространстве. |
| 31. | Эстафеты «Стрекозы», «На новое место» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в беге на скорость, ориентировке в пространстве. |
| 32. | Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. ПИ «Бегунок» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, глазомер. Упражнять в метании в цель. |
| 33. | Народные игры – основа игровой культуры. ПИ «Верёвочка» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, глазомер. Упражнять в метании в цель. |
| 34. | Народные игры – основа игровой культуры. ПИ «Дедушка - сапожник» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, глазомер. Упражнять в метании в цель. |

**Тематическое планирование с определением основных видов внеурочной деятельности обучающихся. 3 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Тема занятия | Кол-во часов | Виды внеурочной деятельности учащихся |
|
| 1. | Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных.  Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. ПИ «Змейка», «Челнок» | 1 | Развивать быстроту реакции на сигнал. Упражнять в беге с увертыванием и в ловле |
| 2. | Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.  Комплекс ОРУ на месте. ПИ «Пустое место», «Филин и пташки» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках на месте в высоту. |
| 3. | Комплекс ОУР в движении. ПИ «Пятнашки с домом», «Прерванные пятнашки», «Круговые пятнашки» | 1 | Развивать у детей внимание, наблюдательность, координацию движения. |
| 4. | Комплекс ОРУ с предметами. ПИ «Платок», «Палочки – выручалочки». | 1 | Развивать у детей внимание, быстроту, ловкость. Упражнять в лазанье |
| 5. | Комплекс ОРУ для укрепления мышц рук и плечевого пояса. ПИ «Кошка и мышка в лабиринте», «Дай руку» | 1 | Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге с увертыванием. |
| 6. | Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.  Комплекс ОРУ с малыми мячами. ПИ «Мячик кверху», «Свечи ставить» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании в подвижную цель. |
| 7. | Комплекс ОРУ с большими мячами. ПИ «Перебрасывание мяча» | 1 | Развивать у детей внимание. Упражнять в ходьбе по кругу. |
| 8. | Комплекс ОРУ с большими мячами. ПИ«Зевака». Игра «Летучий мяч» | 1 | Развивать у детей внимание, глазомер, координацию движений. Упражнять в метании |
| 9. | Комплекс ОРУ с набивными мячами. ПИ «Выбей мяч из круга», «Защищай город» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, беге, ловле. |
| 10. | Правила техники безопасности при игре с прыжками.  Комплекс ОРУ. ПИ « Воробушки и кот», «Дедушка – рожок» | 1 | Развивать у детей ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках, беге. |
| 11. | Виды прыжков.Комплекс ОРУ. ПИ « Переселение лягушек», «Лошадки». | 1 | Развивать у детей находчивость, ловкость |
| 12. | Комплекс ОРУ. ПИ « Петушиный бой», «Борьба за прыжки». | 1 | Развивать у детей умение выполнять движения по словесному сигналу |
| 13. | Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Накинь кольцо» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании, ловле, согласованности движений. |
| 14. | Комплекс ОРУ. ПИ « Стойка на одной ноге», «Кто первый?». | 1 | Развивать у детей равновесие. Упражнять в беге, подскоках. |
| 15. | Правила техники безопасности. Игры на внимательность. ПИ «Летит - не летит», «Запрещенное движение» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, прыжках, ритмичности движений. |
| 16. | Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.  ПИ «Колечко», « Море волнуется» | 1 | Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг. |
| 17. | Зимние забавы.  Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. | 1 | Развивать у детей умение передвигаться по льду. |
| 18. | Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.  Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Снежные круги» | 1 | Развивать у детей внимание, глазомер. Упражнять в метании в цель. |
| 19. | Зимние забавы. ПИ «Строим крепость» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, быстроту. |
| 20. | Зимние забавы. ПИ «Строим крепость» | 1 | Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. |
| 21. | Зимние забавы. ПИ «Взятие снежного городка» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в подлезании. |
| 22. | Зимние забавы. ПИ «Взятие снежного городка» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в прыжках и ориентировке в пространстве. |
| 23. | ПИ «Лепим снеговика», «Меткой стрелок». | 1 | Развивать умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге и приседании, в построении в круг, в ловле. |
| 24. | Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.  Эстафета « Передал – садись» | 1 | Развивать у детей смелость, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге и в лазании. |
| 25. | Эстафета «Челночный бег» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в лазании. |
| 26. | Эстафета «По цепочке», «Вызов номеров» | 1 | Развивать у детей внимание, ориентировку в пространстве. Упражнять в беге |
| 27. | Эстафета «Ведерко с водой» | 1 | Развивать у детей координацию движений. Упражнять в беге. |
| 28. | Эстафета «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать» | 1 | Развивать у детей внимание. Упражнять в ловле и метании |
| 29. | Эстафета «Передача мяча в колонне», «Поезд». | 1 | Развивать у детей координацию движений. Упражнять в прыжках. |
| 30. | Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, воображение. Упражнять в быстрой ориентировке в пространстве. |
| 31. | Эстафета «Дорожки», «Шарик в ложке» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в беге на скорость, ориентировке в пространстве. |
| 32. | Организация и проведение игр на праздниках. Разучивание народных игр. ПИ"Горелки" | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, глазомер. |
| 33. | Разучивание народных игр. ПИ «Гуси - лебеди» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, глазомер. |
| 34. | Разучивание народных игр. ПИ "Мишени". | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, глазомер. Упражнять в метании в цель. |

**Тематическое планирование с определением основных видов внеурочной деятельности обучающихся. 4 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Тема занятия | Кол-во часов | Виды внеурочной деятельности учащихся |
|
| 1. | Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.  ПИ «Мешочек» | 1 | Развивать быстроту реакции на сигнал. Упражнять в беге с увертыванием и в ловле |
| 2. | Комплекс ОРУ с предметами. ПИ «Городок», «Русская лапта | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках на месте в высоту. |
| 3. | Комплекс ОРУ на месте. ПИ «Лиса в курятнике», «Ловкие ребята». | 1 | Развивать у детей внимание, наблюдательность, координацию движения. |
| 4. | Комплекс ОРУ с предметами . ПИ «Пятнашки в кругу», «Караси и щуки». | 1 | Развивать у детей внимание, быстроту, ловкость. Упражнять в лазанье |
| 5. | Комплекс ОРУ на месте. ПИ «Воробушки и кот». «Игра «Без пары». | 1 | Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге с увертыванием. |
| 6. | Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Комплекс ОРУ с малыми мячами. ПИ «Мяч в центре», «Мяч среднему» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании в подвижную цель. |
| 7. | Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. Комплекс ОРУ с большими мячами. ПИ «Мяч – соседу», «Охотники». | 1 | Развивать у детей внимание. Упражнять в ходьбе по кругу. |
| 8. | Комплекс ОРУ с набивными мячами. ПИ «Отгадай, кто бросил» | 1 | Развивать у детей внимание, глазомер, координацию движений. Упражнять в метании |
| 9. | Комплекс ОРУ с набивными мячами. ПИ «Защищай ворота», «Подвижная цель» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, беге, ловле. |
| 10. | Комплекс ОРУ с мячами. ПИ Игра «Обгони мяч», «Мяч в центре». | 1 | Развивать у детей ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках, беге. |
| 11. | Правила безопасного поведения в  местах проведения подвижных игр.  Комплекс ОРУ. ПИ «Шишки, жёлуди, орехи», «Белые медведи». | 1 | Развивать у детей находчивость, ловкость |
| 12. | Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок. Комплекс ОРУ. ПИ «Туда- обратно», «Зайцы в огороде». | 1 | Развивать у детей умение выполнять движения по словесному сигналу |
| 13. | Комплекс ОРУ. ПИ «Карусели», «Тропка». | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании, ловле, согласованности движений. |
| 14. | Комплекс ОРУ. ПИ «Ловушка», «Капканы». | 1 | Развивать у детей равновесие. Упражнять в беге, подскоках. |
| 15. | Разучивание рифм для проведения игр.Комплекс ОРУ на месте. ПИгра «Кто дальше бросит?», «Что изменилось?» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, прыжках, ритмичности движений. |
| 16. | Комплекс ОРУ на месте. ПИ «Невидимки», «Наблюдатели» | 1 | Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг. |
| 17. | ПИ «Кто точнее», «Найди предмет». | 1 | Развивать у детей умение действовать по сигналу и согласовывать движения друг с другом. Упражнять детей в ходьбе |
| 18. | Правила безопасного поведения  при катании на лыжах, санках.  ПИ «Снежком по мячу». | 1 | Развивать у детей внимание, глазомер. Упражнять в метании в цель. |
| 19. | ПИ «Снежком по мячу». | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, быстроту. |
| 20. | Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.  ПИ «Пустое место». | 1 | Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. |
| 21. | ПИ «Пустое место». | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. |
| 22. | Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.  ПИ «Кто дальше» (на лыжах). | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в беге на лыжах |
| 23. | ПИ «Кто дальше» (на лыжах). | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в беге на лыжах |
| 24. | ПИ «Взятие снежного городка» | 1 | Развивать у детей смелость и ловкость. Упражнять вметании снежка. |
| 25. | Спортивный праздник «Богатырские потешки» | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в беге на лыжах |
| 26. | Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?» | 1 | Развивать у детей внимание, ориентировку в пространстве. Упражнять в беге |
| 27. | Способы деления на команды. Повторение считалок.  Эстафета парами | 1 | Развивать у детей координацию движений. Упражнять в беге. |
| 28. | Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи) | 1 | Развивать у детей внимание. Упражнять в ловле и метании |
| 29. | Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи) | 1 | Развивать у детей координацию движений. Упражнять в прыжках. |
| 30. | Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, воображение. Упражнять в быстрой ориентировке в пространстве. |
| 31. | Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами». | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в беге на скорость, ориентировке в пространстве. |
| 32. | Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Разучивание народных игр. ПИ "Корову доить" | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, глазомер. Упражнять в беге на скорость, ориентировке в пространстве. |
| 33. | Классификация народных игр.  Разучивание народных игр. ПИ **"**Коршун" | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, воображение. Упражнять в ориентировке в пространстве. |
| 34. | Разучивание народных игр. ПИ "Бабки" | 1 | Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в ориентировке в пространстве. |

**Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения курса внеурочной деятельности**

Спортивный инвентарь: мячи (малые, большие, набивные), скакалки (короткие, длинные), обручи (большие, малые), кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка, гимнастические палки, гимнастические маты, лыжи, флажки, бита.

**Список литературы**

1. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
2. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВАКО, 2005 г
3. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
4. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1 (ИГРЫ)**

**Удар по веревочке**

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

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

**Большой мяч**

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

**Зайки**

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

**Прыганье со связанными ногами**

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

**Растеряхи**

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

**Горелки**

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

**У медведя во бору**

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

Начинается игра, и дети выходят из дома со словами:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

И на нас рычит.

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

**Укротитель диких зверей**

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

**Гуси**

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

**Волки во рву**

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

**Переездной конь**

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

**12 палочек**

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

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

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

**Удочка (Рыбка, Поймать рыбку)**

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

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

**Наседка и коршун**

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

**Игры зимой**

**Не потеряй снежок**

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

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

**Не уступлю горку**

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

**Не ходи на горку**

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

**Отпечатки на снегу**

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

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

**Охота на куропаток**

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

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

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

**Охотник и зайцы**

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

**Перебежки снежками**

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

Для усложнения задания, по всему пути можно разложить снежные комки, которые необходимо обегать. Обегать и еще уворачиваться, конечно, сложнее, но и бросать будет не так легко, ведь игрок перемещается не по прямой, а резко меняя направление.

**Передачи**

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

**Перетяжки**

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

**Под обстрелом**

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

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

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

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

**Подбрось - поймай**

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

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

**Быстро по местам**

Играющие становятся в 1, 2,3 колонны. По команде «убежали» дети разбегаются. По команде «быстро все по местам» все должны построиться в исходное положение. Проигрывает та команда (колонна) которая заняла место последняя. Построения могут быть самыми разнообразными (в колоннах, кружках, квадратах).

**Охотники**

Играющие разбегаются по площадке. Три охотника стоят в разных местах, держа в руках по маленькому мячу. По сигналу руководителя «Стой!» все играющие останавливаются, и охотники с места целятся в кого-либо из них мячом. «Убитые» заменяют охотников. Играющие имеют право уклониться от мяча, но не должны сходить с места. Если игрок после команды «Стой!» сошел с места, он становится охотником.

**Два мороза**

На противоположных сторонах площадки чертятся два круга «дома». В одном из домов находятся все играющие, кроме двух водящих «морозов», которые стоят посередине площадки.

Морозы, обращаясь к играющим, говорят:

Мы два брата молодые,

Два мороза удалые,

Я – мороз Красный нос,

Я – мороз Синий нос,

Кто из вас решится в

В путь дороженьку пуститься?

Дети хором отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз -

И перебегают в противоположный «дом». По дороге морозы стараются их «заморозить» («пятнают».) «Замороженный» игрок остается на месте до тех пор, пока кто-либо из игроков не «разморозит» его во время следующей перебежки. Новые Деды Морозы назначаются после двух-трех перебежек.

**Старт за мячом**

Ребята делятся на две команды и встают справа и слева от руководителя. Выполняют расчет по порядку в каждой команде. Назвав какой-либо номер, он бросает мяч вперед. Ребята, чьи номера назвали, бегут к мячу: тот, кто возьмет мяч раньше, возвращается с ним и передает руководителю. Команда получает очко.

**Отгадай, чей голосок?**

Играющие образуют круг. Один из играющих становится в круг и закрывает глаза. Руководитель указывает на того, кто будет говорить «Скок, скок, скок!» Все играющие идут по кругу и говорят «Мы составили все круг, повернувшись рядом вдруг (поворачиваются и идут в другую сторону). А кто скажет «Скок, скок, скок!» тот играющий на кого покажет руководитель, все вместе «Отгадай, чей голосок». Кто стоит в центре круга, по голосу должен определить, кто сказал, если угадал, то указанный становится в центр. Если не угадал, игра продолжается и этот же игрок продолжает стоять в центре.

**Цветы**

Выбирают водящего. Каждый игрок выбирает себе название цветка и говорит его вслух. Водящий бежит за кем-либо из разбежавшихся игроков, чтобы осалить. Игрок, которого вот-вот догонит, может назвать другой цветок. Тот, чей цветок назвали, поднимает вверх руку или по-другому привлекает к себе внимание. Тогда водящий бежит за этим игроком. Игрок, неуспевший назвать новый цветок прежде, чем его осалит водящий, сменяет водящего. Не разрешается называть цветок, который никем не был выбран. Нарушившийэто правило становится водящим.

**Прыгающие воробушки**

На полу (земле) чертится круг диаметром 4-6 метров. Выбирается водящий – «кошка», которая приседает в середине круга. Остальные – «воробьи», - вне круга. По сигналу руководителя «воробьи» начинают впрыгивать в круг и выпрыгивать из него. «Кошка» старается поймать воробья, не успевшего выпрыгнуть из круга. Пойманный становится в центре круга у «кошки». Когда кошка поймает 3-4 «воробья» - выбирается новая «кошка». Побеждает тот, кого ни разу не поймали, и «кошка,» которая сумела быстрее других поймать условленное число «воробьев». Правило: «кошка» ловит только в круге. «Воробьи» прыгают только на одной или двух ногах.

**Пустое место**

Все играющие становятся в круг, водящий за кругом. Водящий бежит вокруг круга, дотрагивается до кого-либо из играющих и после этого продолжает бежать вокруг круга в ту или в другую сторону. Игрок, которого коснулся водящий, бежит в противоположную сторону, стремясь быстрее водящего прибежать на свое место. Встречаясь на пути, друг перед другом они здороваются: подают друг другу руки, приседают и т. д. Водит тот, кто не успел занять пустое место.

**Эстафета – чехарда**

Участники делятся на две колонны. Расстояние между участниками в колонне 8 – 9 шагов, они расходятся по своим местам и приседают. Перед первыми и последними номерами в колоннах проводят черту. По сигналу руководителя последний игрок поочередно перепрыгивает через всех присевших игроков своей колонны. Затем пробегает вперед на 6 шагов и приседает – это служит сигналом второму игроку и т.д.

**Не давай мяч водящему**

1-й вариант (с футбольным мячом).

Играющие образуют круг. Водящий стоит в центре круга и старается выбить футбольный мяч за пределы круга. Остальные участники, стоя на расстоянии метра, друг от друга, стараются ногой задержать мяч, затем перекатывают его, не давая водящему. Если водящий забирает мяч и выбивает его из круга, то новым водящим становится тот, кто пропустил мяч с правой стороны от себя. (Мяч не должен пролететь выше колен играющих).

2-й вариант (с баскетбольным мячом)

Играющие перебрасывают друг другу мяч в любом направлении, не давая его водящему. Если водящий поймал мяч или задел его рукой, то игра начинается снова, а водящим становится тот, кто неточно передал мяч. (Водящий может выбегать из круга за мячом, если он неточно брошен играющими.)

**Эстафеты-поезда**

Играющие делятся на команды по 8-10 человек в каждой, встают в колонны. По сигналу игроки, стоящие первыми, бегут к своим стойкам, которые находится впереди каждой команды на расстоянии 10-15 метров, оббегают стойку, возвращаются к своей команде, берут с собой следующего игрока. Теперь вокруг стоек бегут, взявшись за пояс по два играющих и т.д. Когда первый игрок-машинист с полным «составом» возвратится на место, он поднимает руку.

**Кросс с мячом**

Участники (по одному из команд) получают по мячу. Задание: каждый игрок должен провести мяч, подталкивая его ногой, до конца дорожки и обратно между расставленными кеглями или колышками. Первый колышек обходит справа, второй – слева и т.д. Если мяч укатился в сторону, положить его на место и продолжить игру.

**Мячом в корзину**

Начертить небольшой круг, поставить в него корзину. Вокруг первого круга на расстоянии 3м от его центра начертить второй круг, на расстоянии 4м – третий круг, на расстоянии 5м – четвертый, на расстоянии 6м – пятый круг. Играющие встают с маленьким мячом в руках на линию второго круга. По команде все бросают мяч в корзину. Тот, кто промахнется, выходит из игры, остальные берут мяч, встают на линию третьего круга и опять бросают мяч. Игра продолжается до тех пор, пока бросающие мяч не дойдут до последнего круга. Попавшие в корзину с пятого круга занимают первое место, с четвертого – второе и т.д. Игра повторяется несколько раз. Затем подсчитывается общая сумма очков. Выигрывает тот, кто наберет наименьшее количество очков.

**Бой петухов. 1-й вариант**

Чертится круг диаметром в 2м. В него встают два игрока, каждый из них одну ногу сгибает в колене и поддерживает рукой, другую руку держит за спиной. По сигналу ведущего игроки плечом стараются вытолкнуть друг друга из круга. Побежденным считается тот, кто опускает вторую ногу или выходит за круг.

**Бой петухов. 2-й вариант**

Два игрока, сидя на корточках, пропускают под коленями палку и подхватывают ее на сгибы рук возле локтей. По сигналу ведущего они стараются вытолкнуть друг друга из круга плечами. (Условия игры те же, что и в 1-м варианте)

**Космонавты**

Играющие идут по кругу, взявшись за руки, и произносят: "Ждут нас быстрые ракеты, для прогулок по планетам, на какую захотим, на такую полетим. Но в игре один секрет - опоздавшим места нет!" После этих слов все бегут к ракетодрому (заранее определенные места с указанием числа пассажиров) и занимают места в любой из ракет. Оставшиеся без места, идут в центр площадки. Затем все опять становятся в круг вместе с опоздавшими и снова начинают игру. Побеждают те участники, которые ни разу не остались без мест в ракете. Игру начинать только по сигналу воспитателя.

**Тяни-толкай**

Дети разбиваются на пары. Каждая пара становится спиной друг к другу и сцепляется руками в локтях. В таком положении дети должны пробежать 20-30 метров до финиша и, не разворачиваясь, вернуться на старт, таким образом, каждый играющий в одну сторону бежит вперёд лицом, а в другую-спиной.

**Подвижная цель**

Дети стоят за линией круга. В центре круга – водящий. У одного из игроков мяч. Те, что стоят за кругом, кидают мяч в водящего, стараясь попасть в него, или передают мяч товарищу, чтобы тот сделал бросок. Водящий бегает, уклоняясь от ударов мяча. Игрок, который не попал мячом в водящего, стает на его место.

**Дай руку**

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

**Защити башню**

Все участники игры встают в круг. У одного игрока в руках имеется мяч. В центре круга расположена «башня» («башню» можно сделать из гимнастических палок, связанных наверху). Защитник находится возле «башни» и охраняет ее от мяча, который кидают игроки в «башню». Тот, кто попадает мячом в «башню» или в мяч, становится защитником, а бывший защитник присоединяется ко всем игрокам.

**Дальше бросишь - ближе бежать**

Для этой игры берут две небольшие одинаковые палочки (можно теннисные мячики), каждый игрок помечает свою палочку и становится к линии старта. По сигналу нужно бросить свою палку как можно дальше и тут же побежать за палочкой противника. Побеждает тот, кто первый вернется с чужой палочкой.

**Третий лишний**

Дети парами, взявшись за руки, прогуливаются по кругу. Два ведущих: один убегает, другой - догоняет. Убегающий, спасется от преследования, берет за руку одного из пары. Тогда тот, кто остался, стает лишним – убегает. Когда догоняющий дотронется до убегающего, они меняются ролями.

**Бездомный заяц**

Из числа детей выбирается игрок, который будет охотником и игрок, который будет бездомным зайцем. Все оставшиеся игроки зайцы. Каждый заяц должен начертить себе круг и встать во внутрь. После этого бездомный заяц убегает от охотника. Он может спастись от охотника, забежав в любой круг. В этом случае заяц, который стоял в кругу становится бездомным зайцем, и теперь он должен убегать от охотника. Если охотник поймает зайца, он становится зайцем, а бывший заяц охотником.

**Повтори-ка**

Количество играющих не ограничено. Выбирается тема игры, например «Дикие животные».

Один из играющих называет какого-либо зверя, допустим льва. Следующий повторяет «лев» и от себя прибавляет название другого животного «тигр». Третий повторяет «лев, тигр» и прибавляет «носорог». Каждый следующий игрок, перечислив всех ранее названных животных, добавляет от себя ещё одно название.

После достижения последнего игрока - эстафета продолжается с первого игрока и так по кругу, пока не останется один победивший.

Тот, кто не сможет повторить названия всех животных или перепутает их порядок (за этим следит судья – воспитатель, учитель) - выбывает из игры. Тот, кто не сможет повторить всех животных или перепутает их порядок – выбывает из игры.

По желанию играющих слова можно подбирать на любые темы, например: домашние животные, птицы, цветы, города и т.д.

**Цвет**

Перед игрой надо выбрать водящего и договориться о границах игровой площадки, за которую нельзя забегать.

Играющие становятся в линию, а водящий закрывает глаза и становится спиной к игрокам в 5-6 метрах от них. Затем он громко называет любой цвет (например: красный) и быстро поворачивается к играющим. Те игроки, у кого есть одежда (или ее элемент) названного цвета, или какой-нибудь другой предмет, хватаются за эти предметы. А те, у кого их нет, убегают. Задача водящего - догнать и прикоснуться к убегающему (т.е. осалить). После чего, осаленный игрок, становится водящим и все повторяется заново.

**Не наступи на снежный ком**

Играющие скатывают несколько снежных комьев и кладут их на середину площадки на расстоянии 0,5 – 1,0 м друг от друга. Вокруг комьев учащиеся образуют круг и берутся за руки. По команде руководителя, не разжимая рук, они стараются заставить друг друга задеть за комья. Чтобы не задеть за ком, можно его обежать или перепрыгнуть через него. Тот, кто задел за ком или опустил руки, когда ему угрожала опасность, выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется три игрока, которые считаются победителями.

**Игры с мячом**

А) Выбирается по 2 капитана. Все играющие делятся на 2 команды. Капитаны становятся лицом к своей команде и поочередно передает (перебрасывает) мяч каждому игроку до последнего, передал мяч – садись, и в конце встают.

Б) передача мяча в колонне над головой, последний игрок бежит и становится впереди, так же, но мяч передает между ногами. Все игроки должны побывать впереди.

**Мяч соседу**

Для игры требуется 2 волейбольных мяча. Участники становятся в круг, мячи находятся на противоположных сторонах круга. По сигналу руководителя игроки начинают передавать мяч в одном направлении как можно быстрее, чтобы один мяч догнал другой. Участник, у которого одновременно окажутся оба мяча, проигрывает. Затем мячи передаются на противоположные стороны, и игра продолжается. После игры отмечаются участники, которые хорошо передавали мяч. Игрок, уронивший мяч, должен его взять, встать на свое место и продолжить игру. Во время передачи мяча нельзя пропускать игроков.

**Мяч среднему**

Участники делятся на 2—3 команды, которые образуют круги. В центре каждого круга находится капитан команды с мячом в руках. По сигналу капитан бросает мяч первому игроку своей команды. Тот ловит мяч и бросает его второму игроку и т. д. Получив мяч от последнего игрока команды, капитан поднимает руки с мячом вверх. Затем выбирают другого капитана, и игра продолжается. Передача мяча может выполняться определенным способом (двумя руками из-за головы, от груди, с отскоком от пола, одной рукой) или произвольно. Во время игры нельзя наступать на линию круга, за которой стоят участники. Игрок, уронивший мяч, должен взять его, встать за линию круга и продолжить игру.

**Вышибалы**

Участники делятся на 3 команды. Из них 2 вышибающие (вышибалы) и одна водящие. Вышибалы встают примерно в 5-10 метров друг от друга (по договоренности), а водящие между ними. Суть игры: попасть по водящему с помощью мяча (вышибить его). Водящий может ловить мяч (свечки) до того, как тот удариться о землю. В кого попали мячом, он меняется с вышибалой местами.

**Соревнование тачек**

Игроки команд, распределившись по парам, встают за линией старта. Один игрок принимает положение, лежа в упоре и разводят ноги на ширину плеч. Партнер держит его за ноги. По сигналу руководителя игроки каждой команды катят тачки вперед: те, кто находится в упоре лежа, перебирают руками. Когда водитель тачки пересечет линию финиша (в 10-15 м), игроки меняются ролями и возвращаются обратно. Следующая пара выходит вперед, как только игрок с тачкой пересечет линию старта.

**С двумя мячами навстречу**

Игроки двух команд стоят во встречных колоннах на разных половинах площадки. Перед первыми игроками проводится линия старта. По сигналу первые игроки одновременно поднимают с пола два мяча и ведут их, ударяя поочередно правой и левой рукой, к противоположным колоннам. Обойдя колонну сзади (против часовой стрелки), игрок с мячами подбегает к началу колонны и передает мяч в руки игроку, стоящему впереди, а сам встает в конец встречной колонны. Игрок, получивший мяч, повторяет упражнение т.д. Выигрывает команда, игроки которой быстрее поменяются местами на площадке.

**Салка и мяч**

Игроки бегают по площадке и, спасаясь от преследования водящего, передают друг другу баскетбольный мяч. Задача состоит в том, чтобы в конечном итоге послать мяч игроку, которого настигает водящий, так как игрока с мячом салить нельзя. Однако водящий может осалить мяч в руках игрока. Последний в этом случае становится водящим. Водящему разрешается в ходе игры салить мяч на лету, перехватывая его. Если он сумел это сделать. Его сменяет игрок, виновный в потере мяча.

**Прыжок за прыжком**

Играющие делятся на две команды, каждая из них распределяется по парам. Пары каждой команды встают колоннами в 3-4 шагах друг от друга и держат за концы короткие скакалки на расстоянии 50-60 см от пола. По сигналу руководителя первые пары быстро кладут скакалку на землю, и оба игрока ( один – налево, другой – направо) бегут в конец своей колонны, а затем последовательно перепрыгивают через скакалки всех пар, стоящих в колонне. Добежав до своих мест, оба игрока останавливаются и берут скакалку снова за концы. Как только скакалка поднята с земли, вторая пара кладет свою скакалку, прыгает через первую, бежит мимо колонны в ее конец и перепрыгивает через скакалки до своего места. Затем в игру вступает третья пара и т. д. Игроки колонны. Закончившие прыжки первыми побеждают.

**Падающая палка**

Все играющие становятся в круг и рассчитываются по порядку номеров. Первый становится в середину круга и водит. Водящий получает палку, ставит один конец на поле, а другой держит в руке. Водящий называет номер и отпускает палку. Названный номер должен успеть схватить палку пока она не упала. Играют установленное время.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2 (СЧИТАЛОЧКИ)**

|  |  |
| --- | --- |
| Аист-аист-аист - птица,  Что тебе ночами снится?  - Мне болотные опушки.  А еще?  - Еще лягушки.  Их ловить, не изловить.  Вот и все, тебе водить!  \*\*\*  Вышли мыши как-то раз.  Посмотреть который час.  Раз-два-три-четыре,  Мыши дернули за гири.  Тут раздался страшный звон –  Разбежались мыши вон!  \*\*\*  Завтра с неба прилетит  Синий-синий-синий кит,  Если веришь, стой и жди,  А не веришь - выходи!  \*\*\*  Раз, два, три, четыре, пять!  Будем в прятки мы играть.  Небо, звезды и цветы –  Ты пойди-ка, поводи!  \*\*\*  За морями, за горами,  За железными столбами.  На пригорке теремок,  На дверях висит замок,  Ты за ключиком иди.  И замочек отомкни.  \*\*\*  Катился горох по блюду,  Ты води, а я не буду.  \*\*  Барабан, барабан,  Ты зря не барабань.  Раз, два, три, четыре, пять –  Выводи ребят играть.  \*\*\*  Возле дома на площадке  Мы играть решили в прятки.  Скоро прятаться начнем,  А тебя водить зовем. | На золотом крыльце сидели:  Царь, царевич, король, королевич,  Сапожник, портной.  Кто ты будешь такой?  Выходи поскорей,  Не задерживай добрых и честных людей!  \*\*\*  Высоко-превысоко.  Кинул я свой мяч легко.  Но упал мой мяч с небес,  Закатился в темный лес.  Раз-два-три-четыре-пять,  Я иду его искать.  \*\*\*  Тучи, тучи, тучи, тучи.  Скачет конь большой, могучий.  Через тучи скачет он,  Кто не верит – выйди вон!  \*\*\*  Вышли мышки как - то раз.  Поглядеть, который час.  Раз, два, три, четыре –  Мышки дернули за гири.  Вдруг раздался страшный звон,  Убежали мышки вон.  \*\*\*  Я куплю себе дуду,  И по улице пойду,  Громче дудочка дуди:  Мы играем, ты води.  \*\*\*  Бегал по двору щенок.  Видит пирога кусок,  Под крыльцо залез и съел,  Задремал и засопел.  А вот мы не будем спать,  Всем нам хочется играть  \*\*\*  Гномик золото искал.  И колпак свой потерял!  Сел, заплакал: "Как же быть?!" Выходи! Тебе водить! |