

*Утверждено решением Совета по образованию
от 30 апреля 2015 г., приказ МП от 19 мая 2015 г. № 493*

**Примерная программа
внеурочной деятельности
общекультурного направления
развития личности**

«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

(для учащихся начальной школы)

Тирасполь

2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Человеческая личность — это гармония мысли и движения. В настоящее время большое значение имеет формирование физически здорового, активного, гармонически развитого человека. Особое внимание нужно уделить подвижным играм, поскольку игра вызывает у детей большой эмоциональный отклик и помогает безболезненнее включиться в учебную работу. Игры способствуют правильному физическому развитию организма. Дети учатся разным играм и спортивным развлечениям, ежедневному занятию ими.

Данная программа актуальна, так как участвует в решении одной из самых первоочередных задач современного образования — формировании здорового образа жизни младших школьников через специально организованную двигательную активность ребенка.

Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила и ловкость.

Образовательная программа «**Подвижные игры**» предназначена для организации внеурочной деятельности учащихся начальной школы и призвана расширить и углубить знания и умения детей, полученные на уроках физической культуры. Программа разработана в соответствии с требованиями ГОС НОО. Использование данной программы во внеурочной деятельности способствует повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое, психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ученика.

Место программы в учебном плане

Программа «Подвижные игры» для младших школьников рассчитана на 4 года обучения (135 часов). Программа предполагает проведение занятий со школьниками 1 час в неделю. Продолжительность занятий — 30–40 минут в первом классе и 45 минут — во 2–4 классах.

Цель программы — укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

Основные задачи курса:

- 1) повысить уровень двигательной активности;
- 2) способствовать физическому, психическому развитию детей;
- 3) развивать активность и творчество учащихся, любознательность, честность;

4) вызвать интерес к занятию «Подвижные игры», позволить детям ощутить красоту и радость движений.

Основные направления реализации программы:

— организация и проведение инструктажа по технике безопасности поведения в разных ситуациях;

— организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с различными предметами (мячи, скакалки и пр.);

— организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;

— активное использование спортивных площадок города (футбольная, баскетбольная, волейбольная) в рамках работы программы;

— проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;

— санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;

— проведение совместных мероприятий с родителями и детьми;

— организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах, в школьных коридорах, рекреациях, на лестничных маршах;

— организация и проведение профилактической работы с родителями;

— организация встреч родителей с медицинскими работниками;

— организация и проведение исследований уровня физического и психофизического здоровья учащихся.

Планируемые результаты освоения программы

1) Личностные:

В результате обучения учащиеся должны:

— научиться доброжелательному и чуткому отношению к товарищам;

— научиться терпению, умению выигрывать и проигрывать, выработать волю, самоорганизованность.

2) Метапредметные:

— **регулятивные:** в результате обучения учащиеся должны научиться организовывать игры самостоятельно. У них должны сформироваться навыки здорового образа жизни, уверенность в своих силах;

— **коммуникативные:** у учащихся будут выработаны умения вести диалог, работать в коллективе ;координация действий;

— **познавательные:** в результате обучения дети получают возможность обобщения и углубления знаний об истории, культуре народных игр, о жизни и поведении людей, животных, явлениях природы.

3) Предметные результаты

В результате обучения дети должны научиться: выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки; выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток; играть в подвижные игры; выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами; выполнять строевые упражнения; соблюдать правила игры.

Содержание программы включает в себя четыре раздела:

- 1. Бессюжетные игры.**
- 2. Игры-забавы.**
- 3. Народные игры (учащихся класса).**
- 4. Любимые игры детей (предложенные детьми).**

Бессюжетные игры

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок отличаются наличием правил, ответственных ролей, взаимосвязанных игровых действий всех участников. Они развивают: самостоятельность, глазомер, быстроту и ловкость движений, ориентировку в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела, дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Эти игры чаще всего основаны на простых движениях: беге, ловле, прятании. Такие игры доступны всем.

Игры-забавы

В работе с детьми используются игры-забавы, аттракционы. Не будучи особо важными для физического развития, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания в этих играх выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами).

Это веселое зрелище, развлечение для детей, доставляющее им радость, но и требующее от участников двигательных умений, ловкости, сноровки.

Народные игры

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

Любимые игры детей (предложенные детьми)

В данный раздел включены игры, которые предложили сами дети. Все игры коллективны. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к само-

стоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость. Ребята учатся самостоятельно и с удовольствием играть.

Рекомендуемый инвентарь для проведения игр в начальных классах следующий: 20 небольших флажков разного цвета, 40 малых мячей, 4 больших мяча (типа волейбольных), 4–8 обручей, 40 коротких скакалок, 2 длинные скакалки, 6–10 мешочков с песком, 6–8 бумажных колпаков (цилиндрической формы) и 6–8 повязок на глаза.

Для проведения большинства игр в младших классах руководителю необходим яркий, красочный инвентарь, поскольку у детей зрительный рецептор развит еще слабо, а внимание рассеяно. Инвентарь должен быть легким, удобным по объему, соответствовать физическим возможностям детей.

Занятия по программе «Подвижные игры» включают в себя теоретическую и практическую части.

Теоретическая часть занятий включает в себя информацию о технике безопасности во время занятий подвижными играми, о различных видах подвижных игр и об их истории, основах здорового образа жизни.

Практическая часть занятий предполагает обучение двигательным действиям, подвижным играм.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Правила безопасности при занятиях на спортивной площадке. Игра	1	1	
2	«Вороны и воробьи»	1		1
3	«Ловишки-перебежки»	1		1
4–5	«Черепаша-путешественница» Русская народная игра «Краски»	2	1	1
6–8	«Увернись от мяча» «На одной ноге» «Донести рыбку»	3		3
9–11	Молдавская народная игра «Де-а баланка» «Сильный бросок» «Шмель»	3	1	2

12–19	«Ловушка» «Салки в два круга» «Успей занять место» «Найди себе пару» «Челнок» «Зверюшки, наострите ушки» «Узнай по голосу» «Поймай и попади»	8	1	7
20–21	Украинская народная игра «Хлебчик» Белорусская игра «Ленок»	2		2
22–27	«Шлепанки» «Прятки» «Охота на тигра» «Собери орехи» «Повяжу я шелковый платочек» «Пролезь сквозь мешок»	6	1	5
28–29	«Космонавты» «Второй лишний»	2		2
30–31	«Мяч в воздухе» «Защита крепости»	2		2
32–33	«Паровозик» «Белые медведи»	2		2
	Итого	33	5	28

Второй год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Правила безопасности во время занятий на спортивной площадке. Игра	1	1	
2	«Паровозик»	1		1
3–4	«Охота на тигра» Русская народная игра «Стадо»	2	1	1
5–6	«Увернись от мяча» «Донести рыбку»	2		2
7–9	«Собери орехи» «Повяжу я шелковый платочек» «Дриблинг»	3	1	2
10–13	«Пролезь сквозь мешок» «Белые медведи» «На одной ноге» «Мельница»	4		4
14–19	«Ловушка» «Салки в два круга» «Успей занять место» «Найди себе пару» «Челнок» «Зверюшки, наострите ушки»	6		6

20-24	«Космонавты» «Два Мороза» «Большой мяч» «Шлепанки» «Прятки»	5	1	4
25–28	Молдавская народная игра «Вынэтбрул ши урсул» «Шмель» «Собери орехи» «Попади в след»	4	1	3
29–30	«Увернись от мяча» «Донести рыбку»	2		2
31–34	«Второй лишний» «Узнай по голосу» «Поймай и попади» «Мяч в воздухе»	4		4
	Итого	34	5	29

Третий год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Правила безопасности при занятиях на спортивной площадке. Игра	1	1	
2	«Попади в след»	1		1
3	«Землемеры»	1		1
4–5	«Ловушка» «Успей занять место»	2	1	1
6–7	«Увернись от мяча» Таджикская народная игра «Горный козел»	2		2
8–15	«Охота на тигра» Молдавская народная игра «Стэнчиле» «Второй лишний» «Большой мяч» «Шлепанки» «На одной ноге» «Петушиный бой» «Веселый бег»	8	1	7
16–17	Чеченская народная игра «Игра в башню» Молдавская народная игра «Унспрезече»	2		2
18–22	«Черепаша-путешественница» «Собери орехи» «Увернись от мяча» «Сильный бросок» Казахская народная игра «Белая кость»	5	1	4
23–25	«Дриблинг» «Пролезь сквозь мешок» «Найди себе пару»	3	1	2

26–28	«Челнок» «Охота на тигра» «Сквозь мешок»	3		3
29–31	«Большой мяч» «Шлепанки» «Шмель»	3		3
32–34	Бурятская народная игра «Волк и ягнята» Молдавская народная игра «Пэшитул песте пичдаре» «Салки»	3		3
	Итого	34	5	29

Четвертый год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Правила безопасности при занятиях на спортивной площадке. Игра	1	1	
2	«Веселый бег»	1		1
3	«Челнок»	1		1
4–5	«Попади в след» «Землемеры»	2		2
6	«Защита крепости»	1		1
7–9	«Белые медведи» «На одной ноге» «Петушинный бой»	3		3
10–12	Бурятская народная игра «Волк и ягнята» Казахская народная игра «Белая кость» «Вороны и воробьи»	3	1	2
13–14	«Увернись от мяча» «Веселый бег»	2		2
15–19	«Сильный бросок» «Большой мяч» «Шлепанки» «Прятки» «Мельница»	5	1	4
20–22	Украинская народная игра «Хлебчик» Белорусская народная игра «Ленок» Чеченская народная игра «Игра в башню»	3		3
23–27	«Дриблинг» «Пролезь сквозь мешок» «Ловушка» «Найди себе пару» «Челнок»	5	1	4
28–30	Молдавская народная игра «Де-а триунгюл» Молдавская народная игра «Де-а стиклуца» Молдавская народная игра «Де-а пэтрэцелеле»	3	1	2
31	«Второй лишний»	1		1

32–34	«Большой мяч» «Салки» Молдавская народная игра «Де-а бецишорул»	3		3
	Итого	34	5	29

Тематический план

№ п/п	Раздел	1 год		2 год		3 год		4 год	
		Теория	Практ.	Теория	Практ.	Теория	Практ.	Теория	Практ.
1	Вводное занятие	1	1	1	1	1	1	1	1
2	Бессюжетные игры	1	5	1	4	1	5	1	2
3	Игры-забавы	1	12	1	16	1	9	1	10
4	Народные игры	1	4	1	2	1	7	1	9
5	Любимые игры детей	1	6	1	6	1	7	1	7
	<i>Всего</i>	5	28	5	29	5	29	5	29
	Итого	33		34		34		34	

Библиографический список

Для учителя

1. **Гриженя В.Е.** Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учебно-методическое пособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 40 с.
2. **Былеев Л.В.** Сборник подвижных игр. – М., 1990.
3. **Васильков Г.А.** От игр к спорту. – М., 1980.
4. **Глязер С.** Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
5. **Дусовицкий А.К.** Воспитывая интерес. – М., 2005.
6. **Жуков М.Н.** Подвижные игры. – М., 2000.
7. **Железняк М.Н.** Спортивные игры. – М., 2001.
8. **Коробейников Н.К.** Физическое воспитание. – М., 1989.
9. **Коротков И.П.** Подвижные игры в занятиях спортом. – М., 1991.
10. **Литвинов М.Ф.** Русские народные подвижные игры. – М., 1986.
11. **Миньков Н.Б.** Игры и воспитание способностей. – М., 1999.
12. **Осокина Т.И.** Детские подвижные игры. – М., 1989.
13. **Портных Ю.И.** Спортивные и подвижные игры. – М., 1984.
14. **Соловейчик С.Л.** От интересов к способностям. – М., 1998.
15. **Ковалько В.И.** Здоровье — сберегающие технологии. — М.: Вако, 2004.
16. **Осокина Т.И.** Детские подвижные игры народов. – М: Просвещение, 1989.
17. **Фролов В.Г.** Физкультурные занятия на воздухе с детьми. – М: Просвещение, 1983.
18. **Шевченко И.В.** Вместе весело играть. — Ростов-на-Дону: «Феникс», 2002.
19. **Грумеза Г.А.** Жокурь мобиле молдовенешть. – Кишинэу: Картя Молдовеняскэ, 1983.

Для учащихся

1. **Гришин В.Г.** Игры с мячом и ракеткой. – М., 1982.
2. **Вавилова Е.Н.** Бегай, прыгай, метай. – М., 1982.
3. **Семенов С.С.** Городки. – М., 1982.
4. **Гришина В.С.** Румяные щечки. – М.: ФиС, 1988.

**ПРИМЕРНЫЕ ВИДЫ ИГР,
ПРЕДЛОЖЕННЫХ В СОДЕРЖАНИИ ПРОГРАММЫ**

Бессюжетные игры

«Вороны и воробьи»

На линиях в 3–5 м друг от друга команды располагаются шеренгами спиной друг к другу. Одна команда – «Вороны», другая – «Воробьи». По сигналу «вороны» одноименная команда убегает, а другая старается догнать и «осалить» убегающих до определенной отметки. Побеждает команда, «осалившая» большее число игроков другой команды.

«Ловишки-перебежки»

По обеим сторонам площадки проводятся две черты. Группа детей становится на каждой стороне площадки за чертой. На середине между двумя линиями находится ребенок – ловишка. После слов: «Раз, два, три – лови!» — дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит их. Тот, до кого ловишка дотронется, выбывает из игры. После 2 перебежек производится подсчет пойманных и выбирают новых ловишек.

«Паровозик»

Направляющий обегает стойку, возвращается и, взяв за руку партнера, повторяет упражнение. Вернувшись, они берут третьего и т.д., пока не пробежит дистанцию вся команда. Побеждает команда, первая закончившая передвижение.

«Белые медведи»

Двое водящих берутся за руки, а свободными руками стараются «запятнать» бегущих по площадке детей. Пойманные присоединяются к водящим, образуя тройки, четверки и т.д., и помогают водящим. Игра проводится до тех пор, пока не будут пойманы все играющие.

«На одной ноге»

Прыгая на одной ноге, второй ногой постарайтесь прокатить мяч вокруг стола, кресла или провести его по извилистой дорожке: обогнуть расставленные в комнате стулья, кегли или другие предметы — один слева, другой справа. Мяч не должен касаться этих предметов.

«Петушиный бой»

Дети перестраиваются в две шеренги. Игроки стоят на линии лицом друг к другу. По сигналу они, передвигаясь на одной ноге, руки за спиной, стараются

вытолкнуть соперника за контрольную линию. Подсчитывается количество вытолкнутых, и выигрывает команда, у которой было больше побед.

«Веселый бег»

Команды становятся во встречные колонны: с одной стороны мальчики, с другой девочки (на расстоянии длины волейбольной площадки). Около направляющего колонны лежат мяч (резиновый) и гимнастическая палка. По команде он зажимает мяч между ногами, берет в обе руки гимнастическую палку и бежит к противоположной колонне девочек. Если по пути теряется один из предметов, игрок должен остановиться, взять предмет таким же способом и продолжить бег. Эстафета заканчивается, когда колонны мальчиков и девочек поменяются.

«Попади в след»

На полу рисуется три пары следов. Дети делятся на команды. Перед каждой командой по три пары следов. Необходимо прыгая точно попадать в след. Побеждает та команда, дети которой будут точнее.

«Землемеры»

На площадке проводят две линии между стартом и финишем на расстоянии 12–15 м. Играющие делятся на две команды и располагаются с гимнастическими палками на старте. По сигналу они устремляются к противоположной линии, измеряя расстояние палками (при каждом промере кладут палку на землю). Побеждает тот, кто первым достигнет линии финиша, не нарушив правил.

Игры–забавы

«Охота на тигра»

Для проведения этой игры требуется мишень – фанерный щит, на котором нарисована голова свирепого тигра, а в пасти вырезано круглое отверстие. Необходимо иметь 5 теннисных резиновых мячей. Задача играющих: с 4–5 шагов попасть мячом в отверстие – пасть. Побеждает тот, кто сделает больше точных бросков.

«Донести рыбку»

Дети делятся на две команды. На линии старта двум игрокам вручается по две удочки длиной в 1 метр. На конце каждой удочки кладется фанерная рыбка. Удочки держатся одна в правой руке, другая – в левой. Участники должны пронести и опустить «рыбок» в спасательный круг, который находится на линии старта на расстоянии 8–10 метров. Играющие начинают движение одновременно по сигналу судьи. Уронивший «рыбку» должен тут же положить ее на удочки и двигаться дальше. Выигрывает та команда, которая раньше опустит «рыбок» в круг.

«Черепашка-путешественница»

Для этой эстафеты каждой команде понадобится пластмассовый таз. Направляющий становится на четвереньки, ему на спину устанавливают таз вверх дном. Получилась черепаха. Теперь она должна пройти путь до кегли и обратно, не потеряв при этом свой «панцирь» – таз. Когда игрок «доползет» до старта, с него снимают «дом» и устанавливают его на спину другого участника. Выигрывает та команда, которая быстрее преодолет предложенный путь.

«Собери орехи»

Дети делятся на команды. Каждой из них даются по 5 обручей и по 1 волейбольному мячу. Обручи кладутся на пол. Причем они могут лежать не по прямой линии. Задача каждой «белки»: пронести «орех» – волейбольный мяч, прыгая с «дерева на дерево» (из обруча в обруч), до отметки и обратно. Вернувшись к себе в «дупло», игрок передает «орех» следующей «белочке». Побеждает та команда, которая быстро и без потерь перенесет «орехи».

«Повяжу я шелковый платочек»

Дети делятся на команды. На двух стойках, между которыми натянута веревка, висят на нитках 10–15 надувных шаров, которые разрисованы под матрешек. У каждого игрока небольшой платочек, который необходимо по сигналу повязать на шар. Побеждает та команда, которая быстрее повяжет платочки.

«Дриблинг»

Делим класс на две команды. Они разыгрывают между собой эстафету с воздушными шарами. Вести шар к финишу можно только ударяя его об пол, т.е. дриблингом. Побеждает команда, все игроки которой проведут шар к финишу и обратно раньше своих соперников. В команде может быть от пяти до десяти человек.

«Пролезь сквозь мешок»

Команды выстраиваются в колонну по одному по одной из боковых линий волейбольной площадки. На линии нападения учитель и его помощники держат мешки без дна, другой край мешка закреплен на обруче. По сигналу игроки поочередно пролезают сквозь мешок, оббегают кегли и возвращаются обратно с правой стороны.

«Ловушка»

Ребята образуют три больших круга. Всем стоящим во внутреннем круге раздаются бумажные шапочки (козырьки, кокошники). Взявшись за руки, ребята с песней движутся по кругу: наружные круги в одну сторону, а внутренний — в другую. Неожиданно раздаётся свисток, по которому игроки двух наружных кругов попарно берутся за руки, стараясь взять в кольцо кого-нибудь из игроков внутреннего круга. Если игрок из внутреннего круга успел присесть, его не трогают. У тех же, кто попался в ловушку, отбирают шапочку. Так игра проводится

несколько раз. Все ребята, которым удалось сохранить свои шапочки, считаются победителями.

«Салки в два круга»

Участники игры образуют два круга: один – внутренний, другой – внешний. Оба круга двигаются в противоположных направлениях. По сигналу руководителя они останавливаются, и все игроки внутреннего круга стараются «осалить» игроков внешнего круга (т.е. дотронуться до кого-либо рукой) раньше, чем они успеют присесть. Пойманные встают во внутренний круг, и игра начинается сначала. Игра заканчивается, когда во внешнем круге останется мало игроков (5–6 человек).

«Успей занять место»

Играющие образуют круг и рассчитываются по порядку номеров. Водящий занимает место в центре круга. Он громко называет два каких-либо номера. Вызванные номера должны немедленно поменяться местами. Воспользовавшись этим, водящий старается опередить одного из них и занять его место. Если ему это удастся, то тот, кто останется без места, идет водить.

Номера, присвоенные участникам в начале игры, не должны меняться, когда тот или иной из них временно становится водящим.

«Найди себе пару»

Играющие становятся попарно в один общий круг. Водящий находится в середине круга. По команде руководителя «Лицом к лицу!» игроки в каждой паре поворачиваются лицом друг к другу, потом следует команда «На место!». По команде «Спиной к спине!» они становятся друг к другу спиной. По команде «Меняйтесь в парах!» каждый ищет себе другого партнера. В это время водящий старается стать с кем-нибудь в пару. Тот, кто останется без пары, становится водящим.

«Челнок»

Перед началом игры все участники должны встать в круг. В одном месте круг разомкнут. Отсюда начинается игра.

Из числа играющих выделяются двое: один — догонялка, другой – челнок. Остальные участники игры поднимают руки, образуя воротца. К началу игры в первых воротцах стоит догонялка, а во вторых – челнок. По свистку руководителя игра начинается. Челнок бежит змейкой по кругу, не пропуская ни одного воротца, а догонялка со жгутом в руках неотступно преследует его. Если догонялка успеет догнать челнок прежде, чем он дойдет до конца круга, то сам становится челноком, а прежний челнок, «осаленный» им, идет в конец круга и образует новые воротца. Если же челнок не будет настигнут раньше, чем проскочит последние воротца, то он получает жгут и становится догонялкой, а челноком становится очередной игрок из круга.

«Зверюшки, наострите ушки»

Ребята стоят в кругу, взявшись за руки. Руководитель проходит по кругу и разъединяет его в нескольких местах. Из образовавшихся звеньев создаются маленькие кружки — домики заек, белок, лисят, мишек.

Под музыку руководитель проходит мимо зверят, стоящих в домиках, и предлагает им следовать за собой. Белки передвигаются быстро, семеня ногами, зайцы – мелкими прыжками, мишки – тяжело ступая, переваливаясь с ноги на ногу, лисята – мягкой, вкрадчивой походкой. Образовав общий круг, все пляшут.

Неожиданно руководитель подает команду: «Охотники идут!». Зверята бросаются на свои места и стараются как можно скорее образовать кружки (домики). Группа, которая это сделает быстрее других, выигрывает.

«Узнай по голосу»

Ребята становятся в круг, в середину которого входит водящий. Ему завязывают глаза. Играющие идут по кругу вслед за руководителем, повторяя его движения (гимнастические или танцевальные), затем останавливаются и говорят:

*Мы немножко поиграли,
А теперь в кружок мы встали.
Ты загадку отгадай,
Кто позвал тебя - узнай!*

Руководитель молча указывает на одного из играющих, который восклицает: «Узнай, кто я!». Водящий должен назвать его имя. Если он угадал, узнанный становится водящим, если ошибся, игра повторяется. Когда ребята начнут различать голоса товарищей, можно разрешить им изменять свой голос, чтобы усложнить игру.

«Поймай и попади»

Участники игры (15–20 человек) становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Кто-либо из играющих получает волейбольный мяч и отбивает его другому игроку. Тот таким же способом передает мяч дальше, и так до тех пор, пока кто-нибудь неумело отобьет или примет мяч. Этот игрок становится водящим. Все играющие разбегаются по площадке. Водящий должен как можно скорее поднять мяч и крикнуть: «Стоп!» Все должны немедленно остановиться и стоять неподвижно там, где их застала команда. С того места, где был поднят мяч, водящий бросает его в одного из игроков. Тот, в кого целятся, не имеет права сходить с места, но может уклоняться от удара (пригибаться, приседать и т. д.). Если водящему удастся попасть в кого-нибудь, считается, что он отыгрался. Все возвращаются на свои места, и игра продолжается.

Если водящий промахнется, то бежит за мячом опять, а все разбегаются. Взяв мяч, водящий снова кричит «Стоп!» и старается осалить кого-либо из играющих. Осаленный игрок становится новым водящим. Игра повторяется.

«Мяч в воздухе»

Играющие образуют круг, становятся на расстоянии вытянутых в стороны руководящий находится в середине круга. Стоящие в кругу начинают перебрасывать друг другу мяч, не давая возможности водящему коснуться его. Водящий, бегая в середине круга, стремится дотронуться до мяча, когда тот находится в воздухе, на земле или в руках у кого-либо из играющих. Если ему это удалось, на его место идет играющий, после броска которого мяч был «осален».

«Защита крепости»

На земле чертят большой круг. Все играющие становятся за линией круга, лицом к центру. Лишь один водящий остается в круге. В середине круга ставятся пять булав или кеглей. Это крепость, которую водящий должен защищать.

Для игры нужен волейбольный мяч. Играющие, перебрасывая мяч между собой, стараются уловить удобный момент, когда защитник крепости зазеваается, и ударом мяча сбить булавы.

Защитник имеет право отбивать мяч любым способом. Тот, кому удастся разрушить крепость, становится новым защитником.

Крепость может быть также сделана в виде треножника из связанных в верхней части палок. На треножник кладется мяч.

«Шмель»

В игре могут принять участие от 10 до 20 человек. Играющие располагаются по кругу на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Мяч перекачивается внутри круга по земле. Играющие руками отбивают мяч от себя, стараясь «осалить» им другого. Мяч – это шмель. Если кто-либо не успеет отбить мяч и будет «осален» им (не выше колен), то считается ужаленным. Он поворачивается спиной к центру круга и в игре участия не принимает до тех пор, пока не будет «осален» следующий. Тогда первый ужаленный вновь вступает в игру, а второй поворачивается спиной к центру. Ловить мяч и отбивать его ногами нельзя.

Народные игры

Русская народная игра «Краски»

Участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки-краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали его хозяину, он приглашает одного из покупателей.

Покупатель стучит:

Тук! Тук!

— Кто там?

- Покупатель.
- Зачем пришел?
- За краской.
- За какой?
- За голубой.

Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки».

Если же покупатель угадал цвет краски, то краску забирает себе.

Идет второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который набрал больше красок.

Правила игры: хозяином становится покупатель, который угадал больше красок.

Русская народная игра «Стадо»

Играющие выбирают пастуха и волка, а все остальные – овцы. Дом волка в лесу, а у овец два дома на противоположных концах площадки. Овцы громко зовут пастуха: Пастушок! Пастушок!

Заиграй во рожок!

Гони стадо в поле,

Погулять на воле!

Пастух выгоняет овец на луг, они ходят, бегают, прыгают. По сигналу пастуха: «Волк!» — все овцы бегут в дом на противоположную сторону площадки. Пастух встает на пути волка, защищает овец. Все, кого поймал волк, выходят из игры.

Правила игры: во время перебежки овцам нельзя возвращаться в тот дом, из которого они вышли. Пастух только заслоняет овец от волка, но не задерживает его руками.

Таджикская народная игра «Горный козел»

Играющие собираются на площадке. Двух, трех детей назначают охотниками, а остальные – «горные козлы». Дети, изображающие «горных козлов», ходят или бегают по площадке. По сигналу охотники гонятся за ними и стреляют (сальт их мячиками). «Осаленный» «горный козел» садится на скамейку. Это означает, что он пойман.

Правила игры: в одного игрока могут бросить мяч сразу два охотника.

Украинская народная игра «Хлебчик»

Все желающие играть, взявшись за руки, становятся попарно (пара за парой) на некотором расстоянии от игрока, у которого нет пары. Он называется хлебчиком.

— Пеку-пеку хлебчик! (Кричит хлебчик.)

— А выпечешь? (Спрашивает последняя пара.)

- Выпеку!
- А убежишь?
- Посмотрю!

С этими словами два задних игрока бегут в противоположных направлениях с намерением соединиться и встать перед хлебчиком. А тот пытается поймать одного из них до того, как они успеют взяться за руки. Если это ему удастся, он вместе с пойманным составляет пару новую, а игрок, оставшийся без пары, оказывается хлебчиком.

Правила игры: последняя пара может бежать только после окончания переключки.

Белорусская игра «Ленок»

На земле рисуют кружки – гнезда, которых по количеству на одно меньше, чем игроков. Все становятся в круг, берутся за руки. Ведущий в кругу делает различные движения, все повторяют их. По команде «Сажай лен!» игроки занимают гнезда. Тот, кто не успел занять гнездо, считается «посаженным»: его «сажают» в гнездо до конца игры. Затем на земле убирают одно гнездо, и игра продолжается. Победит тот, кто займет последнее свободное место.

Чеченская народная игра «Игра в башню»

На площадке чертится квадрат размером 50х50. От квадрата на расстоянии 1,5–2 м проводится черта – это первый полукон, от полукона чертятся еще 6 линий – полуконцов с промежутками в один шаг. В центре квадрата устанавливается круглая палочка длиной 15–18 см, диаметром 5 см. Из числа играющих выбирается водящий, остальные поочередно начинают игру с кона, т.е. с последней отметки, стараясь выбить палочку из квадрата. Если играющий выбивает палочку, он бежит за своей битой, а водящий – за палочкой. Если водящий раньше успеет подбежать к квадрату и произнести слово «башня», он становится играющим, а играющий – водящим.

Если же раньше к квадрату подбежал играющий и успел сказать «башня!», он приближается к квадрату на один полукон, а водящий продолжает водить. Игра продолжается до тех пор, пока один из играющих не выйдет на первый полукон, т.е. на первую черту от квадрата.

Правила игры: промах считается потерей хода.

Дагестанская народная игра «Достань шапку»

Игроки делятся на две команды, до 10 человек в каждой. На расстоянии 10–15 м находятся шапки. Играющие в обеих командах становятся в пары и движутся к шапкам, выполняя разные движения. Сначала двигаются первые пары, затем вторые и т.д. Например, первые пары продвигаются вперед, прыгая на одной ноге, четвертые – в полуприседе и т.д.

Правила игры: взять шапку имеет право только та пара, которая дошла первой. Побеждает команда, набравшая больше шапок.

Бурятская народная игра «Волк и ягнята»

Выбираются: один игрок – волк, другой – овца, остальные – ягнята. Волк сидит на дороге, по которой движется овца с ягнятами. Овца впереди, за нею друг за другом гуськом идут ягнята. Подходят к волку. Овца спрашивает: «Что ты здесь делаешь?» «Вас жду», – говорит волк. «А зачем нас ждешь?». – «Чтобы вас всех съесть!». С этими словами он бросается на ягнят, а «овца» загоразживает их.

Правила игры: ягнята держатся друг за друга и за овцу. Волк может ловить только последнего ягненка. Ягнята должны ловко делать повороты в сторону, следуя за движениями овцы. Волку нельзя отталкивать овцу.

Казахская народная игра «Конное состязание»

Игроки парами (конь и наездник) встают на линию старта так, чтобы не мешать друг другу. Первый игрок – конь – вытягивает руки назад – вниз, второй – наездник – берет его за руки, и в таком положении пары бегут до линии финиша. Наездник, первым «прискакавший» к финишу, должен подпрыгнуть и достать платок, подвешенный на стойке.

Правила игры: соревнование начинается только по сигналу. Платок достает наездник.

Казахская народная игра «Белая кость»

Участники игры становятся в шеренгу, берут белую кость (можно использовать резиновый мяч, деревянный ключ, резные палочки и т. д.) и напевают:

— Белая кость — знак счастья, ключ,

Лети до луны,

До белых снежных вершин!

Находчив и счастлив тот,

Кто тебя вмиг найдет!

После этого ведущий бросает кость за шеренгу играющих. В этот момент никто не должен оглядываться назад, чтобы не видеть, в какую сторону летит кость. Когда кость упадет, ведущий объявляет:

— Ищите кость,

Найдете счастье скорей!

А найдет его тот,

Кто быстрее и ловчей!

Цель действий — быстро найти кость и незаметно для остальных принести ее ведущему. Если остальные участники заметят ее, они преследуют игрока и, слегка ударив по плечу, отбирают кость, затем тоже бегут к ведущему.

Для того чтобы быть незамеченным и без препятствий донести кость до ведущего, необходимо проявить ловкость, смекалку и находчивость. Один игрок под предлогом того, что он не может найти кость, идет к ведущему шагом, отвлекая тем самым внимание соперников различными способами (например, громко говорит, указывая на другого, и утверждает, что кость якобы у него и т.д.). Если игрок нашел кость, т.е. оказался счастливым, то вся группа или один из группы исполняют его желание: поют песни, читают стихи, подражают голосам животных.

Правила игры: замеченный игрок с белой костью обязан сразу же передать ее; оглядываться во время передачи кости нельзя; искать ее разрешается только после сигнала ведущего; тот, кто нарушает правила игры, несет наказание по велению победителя.

Молдавская народная игра «Де-а баланка» (скользящий прут)

Играют мальчики школьного возраста на ровной площадке (10x5 м). Инвентарь: гибкие прутья (по числу игроков) для метания на дальность с отскока (длиной 1,5 м, диаметром 1–2,5 см) и палка (длиной до 2 м, диаметром 3 см). Играющие, обычно 2–6 человек, устанавливают (по желанию) очередность участия в игре.

Описание: на землю кладут палку, в 2 м от которой проводят параллельную ей линию. Первый игрок, став на линию и взяв прут за тонкий конец, бросает его так, чтобы он, скользя по палке (поперек нее), пролетел по площадке как можно дальше. Побеждает тот, кто бросит прут дальше всех.

Правило. Прут, брошенный игроком, обязательно должен удариться о палку, иначе результат не засчитывается.

Молдавская народная игра «Вынэтбрул ши урсул» (охотник и медведь)

Почти век назад, когда охота была широко распространена в некоторых районах Молдавии, там пользовалась популярностью игра «Охотник и медведь». В ней участвовали наиболее ловкие и сильные юноши. Сейчас эта игра большая редкость.

Описание: двое игроков распределяют между собой роли по желанию: один – «охотник», другой – «путник». «Путник» втыкает в землю палочку длиной 35 см так, чтобы она легко вытаскивалась. Если игра проводится в помещении, то вместо палочки можно использовать кеглю. «Охотник» берет в руки две гладкие крепкие палки (длиной 30 см) и, зажав их в кулаках, принимает положение упор лежа, опираясь на палки и носки ног. Как только он займет указанное положение, к нему подходит «путник» и затевает разговор:

– Куда ты идешь?

– На охоту на медведя.

– А где медведь?

– Там.

«Охотник», опираясь на одну палку, другой рукой показывает на «медведя» – палочку или кеглю, расположенную в 20 см от него.

– А где твоё ружьё?

– Здесь.

«Охотник» показывает одной рукой, с зажатой в ней палкой, за спину. При этом опирается на палку, зажатую в другой руке.

– А где твой рог?

– Есть у меня.

– Тогда стреляй в «медведя»!

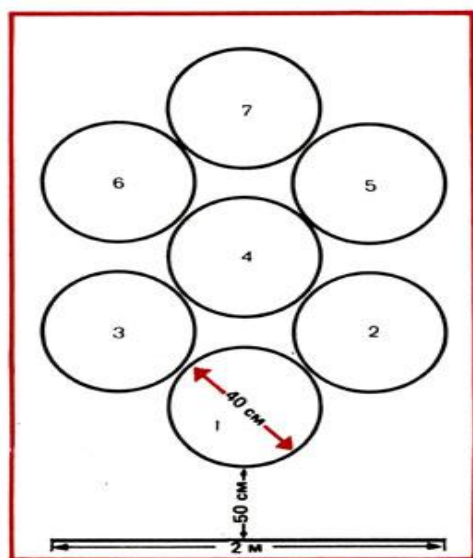
Задача «охотника» – опираясь на одну палку, а другую положив около себя, схватить освободившейся рукой «медведя» и положить около себя. Побеждает тот, кто выполнит все перечисленные движения.

Правила: «охотнику», принявшему положение упор лежа, нельзя сгибать ноги в коленях и сгибаться в поясе.

После каждого показанного движения «охотник» снова опирается на обе палки.

Молдавская народная игра «Де-а стиклуца» (в стеклышко)

Игра распространена среди девочек школьного возраста. Обычно в нее играют во дворах у домов на асфальтированных дорожках. Количество участников 4–8 человек. Для игры требуется бита – стеклышко с обточенными краями (или плоская баночка из-под крема).



Описание. Играющие чертят на площадке 7 кругов диаметром 40–50 см и в 50 см от первого круга проводят черту (см. рис.). Одной из девочек (очередность устанавливается по желанию), которая становится на черту, завязывают глаза платком и дают в руки биту. Задача – точно попасть битой в 1-й, 2-й и остальные 5 кругов. Если стеклышко не попадет в нужный круг, то его берет следующая по очереди играющая, а бросавшая девочка становится последней в очереди. Когда

она снова получит право на бросок, то будет бросать стеклышко в тот круг, на котором остановилась. Победительницей становится та из играющих, которая первой попадет во все 7 кругов.

Правило: бросающей стеклышко не разрешается заступать за линию.

Вариант: девочке, попавшей битой в круг, предлагают поднять битую самой. Она должна с завязанными глазами найти ее и вернуться на исходную линию, а остальные подсказывают направление, говоря «горячо», если направление верное, и «холодно», если оно неверное.

Молдавская народная игра «Пэшитул песте пичдаре» (перешагивание через ноги)

Мальчики и девочки 7–15 лет охотно проводят эту игру на школьных вечерах, на улицах возле домов, в пионерских лагерях. В ней участвуют 8–12 человек. Для игры требуется несколько скамеек, установленных по кругу.

Описание. Выбирают (по желанию) водящего. Ему предлагают запомнить, кто где сидит, затем завязывают глаза. Сидящие вытягивают вперед ноги на высоте 20–40 см от земли.

Задача водящего – пройти по кругу, перешагивая через вытянутые ноги. Иногда играющие подшучивают над ним: опустив ноги, наблюдают, как он шагает через отсутствующее препятствие. Побеждает тот, кто перешагнет через все ноги, ни разу за них не задев.

Правила. Водящий может вытянуть вперед руки, чтобы не натолкнуться на участников игры, но не имеет права опускать руки вниз, чтобы нащупать вытянутые ноги.

Играющим не разрешается поднимать ноги выше 20–40 см.

Молдавская народная игра «Восцулик» (название не переводится)

Девочки и мальчики 10–15 лет любят эту своеобразную игру. В ней участвуют 8–10 человек. Место для игры: рощица, кустарник на берегу озера и др.

Описание. Играющие образуют круг и, начиная с самого высокого из участников, рассчитываются по порядку номеров. Десятый по счету водит.

Водящий, закрыв глаза, считает вслух до пятидесяти. В это время все прячутся, затем он идет искать спрятавшихся. Первый, кого найдет водящий, помогает ему в поисках второго – «восцулика». Как только «восцулик» найден, все выходят из своих укрытий и образуют круг. «Восцулик» с завязанными глазами становится в центр круга. Находящиеся в кругу меняются местами и, стараясь изменить голос, говорят: «Угадай!» Не сходя с места, они могут нагибаться, приседать. «Восцулик» должен найти любого из играющих и на ощупь опознать. Угадал – получает очко. У него 3 попытки. Потом игра начинается сначала. Новым водящим становится первый пойманный и признанный игрок. Если «восцулик» никого

не узнал, то нового выбирают по считалке. Побеждает тот, кто наберет условленное количество очков.

Правила. Спрятавшимся игрокам не разрешается менять места своего укрытия.

Игрокам не разрешается сходить с того места, на котором произнесено слово «угадай» (до произнесения этого слова можно передвигаться).

Молдавская народная игра «Стэнчиле» (галки)

Обычно играют 7–8 мальчиков-подростков. Для игры нужны палочка, длиной 10 см, диаметром 3 см и палки длиной около 1 м, диаметром 4–5 см (для каждого участника).

Описание. Участники образуют круг, диаметр которого зависит от числа играющих. Они должны стоять по кругу так, чтобы не касаться друг друга палкой при взмахе ею. По считалке (непереводимой): «Еката, беката, чуктама, абул, фабул, думнята, экс, пеке, тулемпуж, наут!» – выбирается игрок, который будет бросать палку первым. Он берет в левую руку маленькую палочку и, подкинув ее, подбивает большой палкой так, чтобы она летела к любому игроку, который отобьет ее другому, и т. д. до тех пор, пока палочка не упадет. Тот, у кого она упала, получает штрафное очко. Получивший 3 таких очка становится «галкой». Игрок, ставший «галкой» 3 раза, выбывает из игры. Оставшийся в кругу последним объявляется победителем.

Правила. Палочка посылается от одного игрока к другому не очень сильным ударом. Кто нарушит это правило, получает штрафное очко.

Игрок должен отбивать палочку, если она пролетает около него на расстоянии вытянутой руки с палкой. Не смог отбить – получает штрафное очко.

Если палочка пролетела на большем расстоянии, чем указано, то штрафное очко получает игрок, ударивший по ней перед этим.

Молдавская народная игра «Унспрезече» (одиннадцать)

Эта игра сочетает в себе элементы футбола и салок с мячом. В нее играют 3–7 мальчиков-подростков от 10 до 16 лет на футбольном поле. Игра ведется в одни ворота.

Описание. Взяв футбольный мяч, один из играющих «чеканит» его (подбивает вверх ногой), пока не уронит на землю. Кто меньше всех «начеканит», становится вратарем.

Вратарь занимает место в воротах, остальные игроки – на площадке. Задача полевых игроков – передавать мяч друг другу в одно касание (одним ударом ноги или головы, или туловища) и в удобный момент забить гол в ворота. Каждый гол – это или 1, или 2, или 3 очка, в зависимости от способа, каким он был забит: носком ноги – 1 очко, пяткой – 2 очка, головой или туловищем – 3 очка. Эти очки вычитаются из 11 очков, которые получает вратарь в начале игры. Как только у него не

остается ни одного очка, игру заканчивают и могут начать сначала с новым вратарем.

Вратарь может в любой момент игры поменяться ролью с полевым игроком. Для этого ему нужно поймать (или остановить на земле) мяч и «осалить» им любого из полевых игроков. Тогда этот игрок становится вратарем и получает 11 очков. Задача вратаря двойная: или как можно быстрее осалить полевого игрока, или возможно дольше сохранить свои 11 очков, не пропуская мяч в ворота.

Правила. Вратарю разрешается выбегать из ворот, когда он «салит» полевых игроков, и преследовать их до середины футбольного поля.

Если вратарь, кинув мяч, не попадет в полевого игрока, то становится опять в ворота. Пока ворота пустые, в них можно забивать голы.

Полевой игрок становится вратарем, если мяч, посланный им в ворота, пролетит мимо них.

Молдавская народная игра «Де-а триунгюл» (в треугольник)

В этой летней игре участвуют мальчики 12–15 лет. Для нее требуется бита – шайба из свинца диаметром 3–4 см, толщиной 1–2 см.

Описание. На ровной площадке роют 3 ямки, которые являются вершинами равностороннего треугольника со стороной 4 м. Каждый из участников становится у своей ямки; у одного из них – бита. Он бросает ее в ямку игрока, стоящего слева. Если бита не попала в ямку, то бросавший получает 1 штрафное очко. После броска первого игрока бита независимо от результата броска передается следующему (по часовой стрелке) игроку. Получивший 5 штрафных очков выходит из игры. Двое оставшихся бросают биты по очереди в ямки друг друга. Оставшийся последним у ямки – победитель.

Правило. Игрок бросает биты, стоя за своей ямкой.

Молдавская народная игра «Де-а бецишорул» (палочка)

Это один из вариантов известной у многих народов игры «Лапта», популярной и в Молдавии. Он удобен тем, что игра может проходить при участии всего 3 человек. Начинают играть в нее с 6–7 лет, наиболее распространена она среди мальчиков 12–15 лет. Играют на ровной площадке 30х40 м. Требуются теннисный мяч и бита – круглая палка длиной 60–70 см и диаметром 3 см.

Описание. На площадке чертят две параллельные линии длиной по 30 м (линию подачи и линию возврата), расположенные в 40 м одна от другой. Играющие выбирают (по жребью) водящего, который идет в поле ловить мяч, бьющего, который посылает мяч в «поле», и накидывающего, который подбрасывает мяч бьющему. Бьющий направляет ударом биты мяч в «поле» так, чтобы его не поймал водящий, и бежит до линии возврата и обратно. Водящий старается поймать мяч на лету. Если это ему удалось, он меняется с бьющим местами, не удалось – поднимает мяч с земли и старается осалить им перебегающего. «Осаленный» пе-

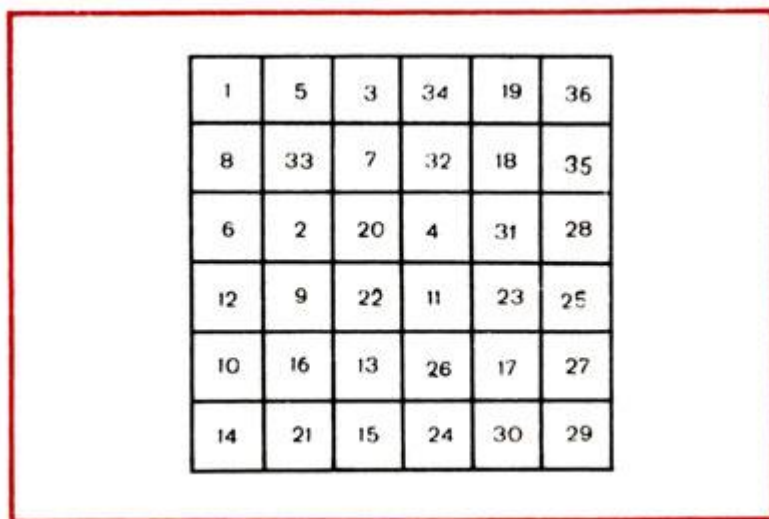
ребегающий становится водящим, роль бьющего переходит к накидывающему, а его заменяет бывший водящий. Если же бывший по мячу не был «осален» при перебегании, то он получит 1 запасное очко, что позволяет ему при «осаливании» во время бега следующий раз остаться бьющим. Игра продолжается до тех пор, пока все бьющие не побывают водящими.

Правила. Главное отличие этой игры от наиболее распространенных видов «Лапты» в том, что после удара необходимо перебежать «поле» туда и обратно без остановки, не ожидая на противоположной стороне удобного момента.

Бывший по мячу должен перебегать «поле» в любом случае, даже если он промахнулся.

Молдавская народная игра «Де-а пэтрэцелеле» (квадратики)

Играют обычно 5–6 детей 8–12 лет. Для игры требуется квадрат 2х2 м, разделенный на 36 квадратиков. Каждый квадратик нумеруется (см. рис.). Играющие устанавливают очередность бросания битки (камешка, плоской баночки из-под крема и т.п.).



1	5	3	34	19	36
8	33	7	32	18	35
6	2	20	4	31	28
12	9	22	11	23	25
10	16	13	26	17	27
14	21	15	24	30	29

Описание. Первый по очереди участник игры бросает с любого места битку в квадратик № 1 и прыгает в него на одной ноге. Из этого квадратика он бросает битку в следующий по номеру квадратик и прыгает в него и т.д. Победа присуждается тому, кто пропрыгает через все квадратик. Если игрок ошибется, то битку бросает следующий.

Правила. Не разрешается: 1) попадать биткой на черту; 2) наступать на черту или, прыгнув в квадратик, передвигать ногу; 3) нарушать очередность прохождения квадратиков.

Любимые игры детей

«Увернись от мяча»

На площадке на расстоянии 10–15 м чертятся две линии. Игроки одной команды встают за этими линиями, игроки другой – посередине. Находящиеся в середине игроки стараются увернуться и не дать попасть в себя мячом игрокам другой команды. Игрок, в которого попал мяч, выбывает из игры. Когда все игроки из середины выбиты, то команды меняются ролями. Побеждает та команда, которая быстрее выбьет соперников.

«Сильный бросок»

Дети делятся на команды. Команды стоят в шеренге в 20–30 м друг от друга. Посередине лежит баскетбольный мяч. Игроки бросают малые мячи в большой и стараются перекатить его на сторону противника. Команда, которой это удастся, побеждает.

«Космонавты»

На площадке в разных частях чертим контуры ракеты. Их должно быть несколько штук меньше играющих. Все дети берутся за руки. Они идут по кругу со словами: «Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам. На какую захотим, на такую полетим! Но в игре один секрет: опоздавшим места нет!» Как только сказано последнее слово, дети разбегаются, стараясь занять свободное место в «ракете». Опоздавшие собираются в центре круга. Отмечаем тех детей, которые ни разу не опоздали на «ракету».

«Второй лишний»

Все желающие играть образуют круг. С внешней стороны круга остаются двое: один водит, другой от него убегает. Когда водящий догонит и «осалит» убегающего игрока, они меняются ролями.

«Два Мороза»

Играющие располагаются по одной стороне площадки, на середине двое водящих – «два Мороза». Морозы обращаются к ребятам со словами: «Мы два брата молодые, два Мороза удалые!». Один из них, указывая на себя, говорит: «Я Мороз – синий нос». Другой: «Я Мороз – красный нос». И вместе: «Кто из вас решится в путь-дорожку пуститься?». Все ребята отвечают: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!». После этих слов дети перебегают на другую сторону площадки. Водящие стараются «осалить» перебегающих, «осаленные» остаются на том месте, где их «заморозил Мороз».

Во время следующих перебежек играющие могут выручить «замороженных» ребят, дотрагиваясь до них руками. После нескольких перебежек назначаются другие Морозы. Отмечаются те дети, которые не попали к Морозам ни разу, а также лучшая пара водящих.

«Большой мяч»

Для игры нужен большой мяч. Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Но он встает за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадет в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середину встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется. Играющие не берут в руки мяч, они перекатывают его ногами.

«Шлепанки»

Играющие встают в круг лицом к центру на расстоянии одного шага один от другого. Выбирается водящий. Он выходит в центр круга. Называет по имени одного из детей, бросает мяч о землю так, чтобы он отскочил в нужном направлении. Играющий, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлепает ладонью). Число отбиваний перебрасывается водящему, и игра продолжается, пока кто-то из играющих не уронит мяч. В этом случае игра начинается сначала. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего. Играющий встает на место водящего только в том случае, если он поднял мяч с земли.

«Прятки»

Дети идут играть в парк. Играющие оговаривают, где можно прятаться. Образуем две группы, одна из которых разбегается в рассыпную и прячется, а другая пускается на поиски спрятавшихся. Дальше игроки меняются ролями. Нужно оговорить время, в течение которого следует найти всех игроков (например, досчитав до 10).

«Перехватчики»

На противоположных концах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются в одном из них в шеренгу. В середине лицом к детям находится водящий. Дети хором произносят:

Мы умеем быстро бегать,
Любим прыгать и скакать,
Ни за что нас не поймать!

После окончания этих слов все бегут в рассыпную через площадку в другой дом. Водящий старается запятнать перебежчиков. Один из запятнанных становится водящим, и игра продолжается. В конце игры отмечаются лучшие ребята, не попавшиеся ни разу.

«Мельница»

Все играющие становятся в круг на расстоянии не менее двух метров друг от друга. Один из играющих получает мяч и передает его другому, тот третьему и т.д. по кругу. Постепенно скорость передачи возрастает. Каждый игрок старается поймать мяч. Игрок, который упустил мяч, выбывает из игры. Побеждает тот, кто остается в игре последним.

Советы к проведению подвижных игр

Подвижные игры — это эмоциональная разрядка для детей. Там, где подвижная игра, нет места скуке.

Подвижная игра всегда требует от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговоренной в правилах. Особенность подвижной игры – ее творческий и соревновательный характер. В ней проявляется умение действовать вместе с коллективом в меняющихся условиях. Каждая подвижная игра имеет свою игровую задачу: «догони», «поймай», «найди» и др. Не стоит в начале ограничиваться дежурной фразой: «А сейчас мы поиграем в ...». Организуя подвижную игру, помните, что лучше, если Вы будете в них участником, как и ребята. Каждая игра имеет свои правила. Четко объясните их. Эффективнее это можно сделать, если одновременно с рассказом вы покажете действия, т. е. создадите образ предстоящей игры. Если во время игры правила не выполняются, приостановите игру, сделайте комментарий происходящего и покажите, в чем ошибка. В ходе игры будьте эмоциональны и непосредственны. Подбадривайте ребят. Не упустите момент, когда игру лучше завершить. И еще, для некоторых игр требуется несложный инвентарь, приготовьте его заранее. Хорошо подумайте, где вам лучше организовать игру. Пусть это будет удобное и безопасное место. Часто для проведения игр надо разбиться на команды, держите для этого несколько оригинальных считалок.

Считалки:

1. Катился горох по блюду,
Ты води, а я не буду.
2. Шла кукушка мимо сети,
А за нею малы дети,
Кукушата просят пить,
Выходи – тебе водить!
3. Колокольчик всех зовет,
Колокольчик нам поет
Звонким, тонким голоском:
Динь-бом, динь-бом!
Выходи из круга вон!
4. Пчелы в поле полетели,
Зажужжали, загудели.
Сели пчелы на цветы.
Мы играем – водишь ты!
5. Как у нас на сеновале

Две лягушки ночевали.
Утром встали, щей поели,
А тебе водить велели!

6. Раз, два, три, четыре, пять, -
Мы сейчас хотим играть.
«Да» и «нет» не говорить –
Все равно тебе водить!

7. Тара-Мара
В лес ходила,
Шишки ела,
Нам велела.
А мы шишки
Не едим,
Таре-Маре отдадим!

8. Солнце спряталось за гору,
Зайка в лес,
А мишка в нору.
Кто остался на виду –
Убегай,
Водить иду!

9. Эй, Иван,
Полезай в стакан,
Отрежь лимон
И выйди вон!

10. (На кулаках)
Шла кукушка
Мимо сети,
А за нею малы дети.
Кук-мак,
Кук-мак,
Убирай один кулак!

Авторы-составители:

Костин С.В., мл. научный сотрудник научно-методического центра инновационного развития образования ГОУ «ПГИРО»;

Штибен Л.В., ведущий специалист МУ «УНО г. Тирасполя».