

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ИРКУТСКОГО РАЙОННОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
МОУ ИРМО «БОЛЬШЕРЕЧЕНСКАЯ СОШ»**

«РАССМОТРЕНО»

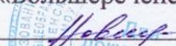
Педагогический совет
Протокол №1 от 27.08.2025

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ

от 01.09.25 № 92/Н-О

И.о. Директор МОУ ИРМО
«Большереченская СОШ»

 Е.Л.Новицкая



ПРОГРАММА СПОРТИВНОГО КЛУБА «СТИМУЛ»

«Подвижные игры»

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок реализации: 1 год обучения (153 часа/год)

Составитель:

Суханова Татьяна Александровна,
педагог дополнительного образования
МОУ ИРМО «Большереченская СОШ»

р.п. Большая речка
2025 г.

Раздел № 1. Основные характеристики программы

1.1. Пояснительная записка	
Направленность (профиль) программы	Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.
Актуальность программы	Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности учащихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации. Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Подвижная игра – одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность - комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание. Чтобы играть в подвижные игры, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия спортивными играми улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с различным инвентарём способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игры представляют собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Принимая в расчёт динамику состояния здоровья, учащихся в нашей школе, на заседании методического совета принято решение по проектированию комплексной программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» для учащихся 1–4 классов, реализация которой будет нивелировать негативное воздействие школьных факторов риска на здоровье учащихся.
Педагогическая целесообразность	Обучение по данной программе позволяет пробудить интерес детей к новой деятельности. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа «Подвижные игры» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на

	осуществление следующих целей: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности; воспитание личностных качеств; освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.		
Отличительные особенности программы	Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.		
Адресат программы	Возраст 7-10 лет —это юношеский возраст. подростковый Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно - образовательного процесса.		
	Год обучения	Возраст детей	Контингент (кол-во)
	1	7-10	15
Объем программы	1 год обучения – 153 часа Итого – 153 часов.		
Формы обучения	Форма обучения – очная.		
Срок освоения программы	1 года обучения, 34 недель. Программа учитывает возрастные особенности.		
Режим занятий	Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, (час – академический (45 мин)		
1.2. Цель и задачи программы			
Цель	Цель программы внеурочной деятельности «Подвижные игры»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.		
Задачи	<u>Обучающие:</u> - освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; - обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями; <u>Развивающие:</u> - развитие физических качеств (силовых, скоростных, в том числе гибкости, выносливости, координации); <u>Воспитывающие:</u> - формирование у учащихся необходимых теоретических знаний; - воспитание моральных и волевых качеств.		

1.3. Содержание программы

Раздел: Подвижные игры. Историю возникновения подвижных игр, правила игр. Формы сохранения и укрепления здоровья. Правила пожарной безопасности и техники во время тренировок о безопасности во время занятий. Формы организации и проведения соревнований и игр. Выполнять правила техники безопасности на занятиях. Выполнять нормы по общей и специальной физической подготовке.

1.4. Планируемые результаты

К концу обучения у обучающихся будет сформировано:

Личностные результаты:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Коммуникативные учебные действия Учащиеся смогут:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Обучающийся получит возможность научиться:

- владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Познавательные учебные действия: Обучающийся научится:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями

физического развития и физической подготовленности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Предметная диагностика проводится в форме:

- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей (ежегодно);
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (ежегодно);
- участие в соревнованиях;
- сохранность контингента.

2.1. Условия реализации программы

Теоретические и практические занятия проводятся на базе школы от центра дополнительного образования. Помещение, соответствует санитарно-гигиеническим нормам, предъявленному кабинету.

Материально-техническое обеспечение

Реализация программы курса внеурочной деятельности предполагает наличия спортивного зала.

- наличия спортивного зала.
- ворота;
- мячи волейбольные;
- мячи баскетбольные;
- мячи теннисные;
- клюшки;
- фишки;
- конусы;
- секундомер электронный;
- свисток;
- ракетки;
- сетка отбойная;
- сумка для мячей.

Методическое обеспечение

Программа реализуется по следующим принципам:

- принцип модификации, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий, учитывающих возрастно - половые и индивидуальные особенности детей.
- принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач.
- принцип доступности, основанный на индивидуальном подходе к ученикам, который создает благоприятные условия для развития личностных способностей.
- принцип последовательности обеспечивает перевод двигательного умения в двигательный навык.

Дидактический материал

- раздаточный материал, инструкционные и технологические карты, задания, образцы изделий;

Методы обучения	В процессе обучения необходимо применять и варьировать различными методами и методиками: Словесные методы – рассказ, лекция, беседа, дискуссия, опрос, этическая беседа, диспут, инструкция, объяснение; Метод показа – демонстрация изучаемых действий, экскурсии, посещение соревнований и т.п; - игровой; - соревновательный; - метод круговой тренировки; - метод строго регламентированного упражнения.
Формы обучения и виды занятий	Формы организации обучения: 1. групповые (учебные занятия); 2. индивидуальные.
Список литературы Основные источники: 1. Бауэр, О.П. Подвижные игры // Теория и методика физической культуры школьников: учебное пособие для студентов / О.П.Бауэр; под ред. С.О.Филипповой, Г.Н.Пономарева. - СПб.: ВВМ, 2004. - С.331-332. 2. Доронина, М.А. Роль подвижных игр в развитии детей школьного возраста / М.А.Доронина // Школьная педагогика. - 2007. - №4. - С.10-14. 3. Емельянова, М.Н. Подвижные игры как средство формирования самооценки / М.Н.Емельянова // Ребенок в школе. - 2007. - №4. - С.29-33. 4. Кузнецов, В.С. Физическое упражнения и подвижные игры. Метод. пособие / В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий. - М.: НЦ ЭНАС, 2006. - 151 с. Интернет-сайты: 1. Мир знаний (подвижные игры) https://nou-mirznaniy.ru/education/podvizhnye-igry/ 2. Портал подвижные игры: http://www.gomelscouts.com/athletic-games.html 3. Портал подвижные игры: https://skyteach.ru/uprazhneniya/podvizhnye-igry-na-onlajn-uroke/	
2.3. Формы аттестации	
Промежуточная аттестация обучающихся проводится два раза в год в виде тестирования. Итоговая аттестация засчитывается автоматически за участие в соревнованиях, разного уровня.	
Список литературы	1.Закон Российской Федерации «Об образовании» (с изменениями и дополнениями) 2.Конституция РФ. 3.Конвенция ООН о правах ребёнка. 4.Устав МОУ ИРМО «Большереченская СОШ»

1 года обучения

Календарный учебный график

Раздел/месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Раздел 1.	18	18	18	17	17	16	16	17	16
Всего 153 занятий	18	18	18	17	17	16	16	17	16

**Учебно-тематический план
(нагрузка 2 часа в неделю)**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации
		Теорет.	Практич.	Всего	
Раздел 1. Подвижные игры					
Общая и специальная физическая подготовка.			В течение занятия	В течение занятия	Тестирование
1	Вводное занятие		1		
2	Игры с мячом		20		
3	Эстафеты		20		
4	Игры средней подвижности		10		
5	Русские народные игры и забавы		38		
6	Бессюжетные игры		18		
7	Игры-забавы		14		
8	Народные игры		16		
9	Любимые игры детей		16		
	Итого		153		

Календарно-тематический план

№	Дата	Раздел и темы занятий	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
Раздел. Подвижные игры					
Темы					
1		Вводное занятие ТБ при проведении подвижных игр, спортивная форма, личная гигиена. Подвижная игра "Ловишки"	1	теоретико - практическое	
2		Игры с мячом. Игра «Сильный мяч» Команды стоят в шеренгах в 20—30 м друг от друга. Посередине лежит большой (баскетбольный) мяч. Игроки бросают малые мячи (снежки) в большой и стараются перекатить его на сторону противника. Команда, которой удастся это сделать, побеждает.	2	теоретико - практическое	
3		Игры с мячом. Игра «Не давай мяча водящему» Один из играющих — водящий. Остальные игроки размещаются по площадке в произвольном порядке и, бегая, перебрасывают один другому баскетбольный мяч. Водящий старается завладеть мячом. С того места, где ему удалось поймать мяч, он бросает его в любого игрока. В случае попадания игрок становится водящим, а прежний водящий участвует в игре наравне со всеми. Игроки, бывшие меньшее число раз в роли водящего, побеждают.	2	теоретико - практическое	
4		Игры с мячом. Игра «Старт за мячом» Руководитель с мячом в руках встает между двумя командами, игроки которых рассчитываются по порядку. Бросая мяч вперед, руководитель	2	практическое	

		называет какой-либо номер. Игроки под этим номером бросаются за мячом и стараются попасть им в корзину. Тот, кому это удастся, приносит своей команде два очка. Если игрок, овладевший мячом, не попал в корзину, то борьба продолжается до попадания. В этом случае за попадание дается одно очко. Побеждает команда, набравшая большее число очков.			
5		Игры с мячом. Игра «Борьба за мяч» Две команды размещаются на месте игры в произвольном порядке. Одному из играющих дается мяч. По сигналу играющие стараются выполнить 5—10 передач между своими игроками. За это команда получает очко. Команда, набравшая большее число очков, выигрывает.	2	практическое	
6		Игры с мячом. Игра «В кругу соперника» Играют две команды. На противоположных сторонах площадки чертят два круга (или кладут обручи). Команда, владеющая мячом, старается положить его в круг соперника. За это она получает очко, и мяч передается другой команде. Выигрывает команда, набравшая больше очков.	2	практическое	
7		Игры с мячом. Игра «Мяч капитану» Играющие распределяются на 2—3 команды и выстраиваются в круг, в центре каждого круга находится один из игроков (капитан). По сигналу игрок, стоящий в центре круга,	2	практическое	

		перебрасывает мяч игрокам поочередно и получает его обратно (передача выполняется заранее обусловленным способом). Игра заканчивается, когда мяч обойдет всех игроков и «капитан», получив мяч, поднимает его над головой.			
8		Игры с мячом. Игра «Гонка мяча по кругу» Все играющие встают в круг и рассчитываются на первый-второй. Первые номера — одна команда, вторые — другая. Два рядом стоящих игрока — капитаны, у них в руках по мячу. После сигнала мячи передаются по кругу в разные стороны через одного игрокам своей команды. Каждая команда стремится передать мяч как можно быстрее, чтобы он скорее вернулся к капитану. Если мячи столкнулись, их поднимают, и с места падения продолжают игру.	2	практическое	
9		Игры с мячом. Игра «25 передач» Проводят две черты на расстоянии 8—10 шагов одна от другой. Четыре пары игроков становятся за линиями напротив друг друга (первые против вторых, третьи против четвертых). По сигналу первые номера передают мяч стоящим напротив вторым номерам, те — третьим, третьи — четвертым. Получившие мяч возвращают его обратно третьим номерам, те — вторым и т. д. Упавший мяч вводит в игру тот игрок, который не поймал его с отведенного для передачи места. Заранее улаиваются, каким	2	практическое	

		способом игроки в четверках передают между собой мяч (от груди, из-за головы, ударом о землю). Выигрывает четверка, сделавшая раньше 25 передач.			
10		Игры с мячом. Игра «Мячом в цель» Посередине площадки кладут волейбольный мяч, а играющие с теннисными (резиновыми) мячами в руках стоят в 10 шагах от него за чертой. Выигрывает тот, кто не промахнулся и у кого после удара волейбольный мяч откатился дальше. Во втором варианте играющие с теннисными мячами в руках становятся в круг. Водящий подбрасывает волейбольный мяч вверх, играющие кидают свои мячи, стараясь попасть в летящую мишень. За каждое попадание начисляется очко. Побеждает тот, кто за 8—10 попыток набрал больше очков.	2	практическое	
11		Игры с мячом. Игра «Самые быстрые» Играют две команды, игроки каждой рассчитываются по порядку и запоминают свои номера. Они становятся в общий круг (через одного) лицом к центру. В середине круга лежит мяч (булава). Ведущий называет любой номер. Игроки под этим номером из обеих команд оббегают круг снаружи (оба бегут в одну сторону, о чем договариваются заранее), а достигнув места, где стояли раньше, бегут к мячу, чтобы овладеть	2	практическое	

		им. Кто сделает это первым, приносит своей команде выигрышное очко.			
12		Эстафеты. Эстафета 1 – «С волейбольным мячом» Эстафета 2 – «Встречная передача мяча в колоннах»	1	практическое	
13		Эстафеты. Эстафета 1 – «Биатлон» Эстафета 2 – «Перенос мяча»	1	практическое	
14		Эстафеты. Эстафета 1 – «Круговая эстафета». Эстафета 2 – «Эстафета с булавами»	1	практическое	
15		Эстафеты. Эстафета 1 – «Бег со скакалкой». Эстафета 2 – «Веревочка под ногами»	1	практическое	
16		Эстафеты. Эстафета 1 – «Прохождение болота» Эстафета 2 – «Игольное ушко»	1	практическое	
17		Эстафеты. Эстафета 1 – «Перейти болото». Эстафета 2 – «Кузненчики»	1	практическое	
18		Эстафеты. Эстафета 1 – Эстафета с флажком. Эстафета 2 – «Переправа» – бег в обручах.	1	практическое	
19		Эстафеты. Эстафета 1 – «С баскетбольным мячом». Эстафета 2 – «Эстафета-точка»	1	практическое	
20		Эстафеты. Эстафета 1 – «Три прыжка». Эстафета 2 – «Бег с обручем»	1	практическое	
21		Эстафеты. Эстафета 1 – «Кто скорее докатит обруч до флажка». Эстафета 2 – «Перемени предмет»	1	практическое	
22		Эстафеты. Эстафета 1 – «Конвейер». Эстафета 2 – «Прокати мяч».	1	практическое	
23		Эстафеты. Эстафета 1 – «Встречная эстафета». Эстафета 2 – «Посадка картофеля» (челночный бег).	1	практическое	
24		Эстафеты. Эстафета 1 – «Змейка». Эстафета 2 – «Паучок». (Краб)	1	практическое	
25		Эстафеты. Эстафета 1 – «Бег со скакалками». Эстафета 2 – «Бег в мешках».	1	практическое	
26		Эстафеты. Эстафета 1 – «Обручи». Эстафета 2 – «Репка»	1	практическое	
27		Эстафеты. Эстафета 1 – «Носильщики». Эстафета 2 – «Три прыжка».	1	практическое	

28		Эстафеты. Эстафета 1 – «Гонка мячей». Эстафета 2 – «Снайперы».	1	практическое	
29		Эстафеты. Эстафета 1 – «Зайти-выйти». Эстафета 2 – «Бег с предметами».	1	практическое	
30		Эстафеты. Эстафета 1 – «Фруктовые гонки». Эстафета 2 – «Бег за буквой».	1	практическое	
31		Эстафеты. Эстафета 1 – «Одеть друга». Эстафета 2 – «Встречная передача мяча в колоннах».	1	практическое	
32		Игры средней подвижности. «Мяч соседу» Игроки строятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, - по мячу. По сигналу дети передают мяч по кругу в одном направлении, как можно быстрее, стараясь, чтобы один мяч догнал другой. Проигрывает игрок, у которого окажется 2 мяча.	2	практическое	
33		Игры средней подвижности. «Запрещенное движение» Игроки строятся в круг, в центре – педагог. Он выполняет различные движения, указав, какое из них – запрещённое. Дети повторяют все движения, кроме запрещённого. Кто повторил запрещенное движение, выбывает из игры. Запрещённое движение надо менять через 4 – 5 повторений.	2	практическое	
34		Игры средней подвижности. «Зеркало» Игроки находятся на площадке, водящий стоит к ним лицом. Дети – это отражение водящего в зеркале. Водящий «перед зеркалом» выполняет различные позы, движения, имитационные	2	практическое	

		действия (расчёсывается, поправляет одежду, строит рожицы и т. д.). Игроки 2одновременно с водящим копируют все его действия, стараясь точно передать не только жесты, но и мимику.			
35		Игры средней подвижности. «У кого мяч» Игроки строятся в круг, вплотную друг к другу, руки за спиной. В центре – водящий с закрытыми глазами. Игроки выполняют передачу мяча по кругу за спиной. По сигналу водящий открывает глаза и старается угадать, у кого мяч. Если он угадал, то становится в круг, а тот, у кого был найден мяч, становится водящим. Игра повторяется 3 – 4 раза.	2	практическое	
36		Игры средней подвижности. «День и ночь» У каждого из детей в руках по мячу. По команде «День!» дети выполняют знакомые движения с мячом (броски вверх, вниз, в стену, в кольцо, набивание мяча на месте, в движении и др.). По команде «Ночь!» - замереть в той позе, в которой застала ночь.	2	практическое	
37		Русские народные игры и Забавы. «Бой петухов» Играющие стараются вывести друг друга из равновесия, прыгая на одной ноге и толкая соперника правым или левым плечом. Проигрывает тот кто коснется земли второй ногой.	1	практическое	
38		Русские народные игры и Забавы. «Караси и щука» Один ребенок выбирается щукой. Остальные	1	практическое	

		играющие делятся на две группы: одна из них – камешки – образует круг, другая – 1 караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за кругом. По сигналу воспитателя: «Щука!» - она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат поскорее занять место за кем-нибудь из играющих и присесть (караси прячутся от щуки за камешки). Щука ловит тех карасей, которые не успели спрятаться. Пойманные уходят за круг.			
39		Русские народные игры и Забавы. «Лиса в курятнике» На одной стороне площадки отчерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках) располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры – они ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу «Лиса» куры убегают в курятник, взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест. Отводит ее в свою нору. Куры спрыгивают с насеста и игра возобновляется.	1	практическое	
40		Русские народные игры и Забавы. «Река и ров» Занимающиеся построены на середине зала (площадки) в колонну по одному. Справа от колонны – ров, слева – река. Через реку надо переплыть (идти, имитируя	1	практическое	

		руками движения пловца), через ров – перепрыгнуть. По сигналу учителя «Ров – справа!» дети поворачиваются направо и прыгают вперёд. Тот, кто прыгнул в другую сторону, считается упавшим в реку. Ему помогают выбраться, подавая руку. Все возвращаются и строятся посреди зала. По сигналу «Река – справа!» дети поворачиваются налево и «плывут на другой берег». Попавшему в ров подают руку, он возвращается к товарищам. Выигрывает игрок, совершивший меньше ошибок.			
41		Русские народные игры и Забавы. «Горячая картошка» Дети становятся в круг и перекидывают мяч друг другу, как будто горячая картошка. Игроки должны передавать быстро, чтобы не обжечься	1	практическое	
42		Русские народные игры и Забавы. «Заяц без логова» Игроки становятся парами, лицом друг к другу. Пусть они поднимут руки вверх, образуя, таким образом, таким способом, «логово зайца». Теперь выберите водящих – это будет заяц и охотник. Задача зайца – убежать от охотника, его убежище – логово. То есть, заяц должен встать между играющими. Тот, к кому заяц встаёт спиной, становится сам зайцем и начинает убежать от охотника.	1	практическое	
43		Русские народные игры и Забавы. «Подвижная цель» На площадке чертят два круга диаметром 6—7 м. За границами круга встают на равном расстоянии	1	практическое	

		друг от друга 5—6 играющих, в центре круга — водящий. Задача игроков, стоящих за пределами, «запятнать» мячом водящего, который увертывается от мяча.			
44		Русские народные игры и Забавы. «Бредень» Играют две команды, одна команда взявших за руки, образует «бредень» и ловит свободно передвигающихся по площадке соперников «рыбу». Пойманные игроки выбывают из игры. Через некоторое время команды меняются ролями. Выигрывает команда, поймавшая «рыбы» больше.	1	практическое	
45		Русские народные игры и Забавы. «Заколдованный замок» Играющие делятся на две команды. Первая - должна расколдовывать "замок", а вторая - помешать ей в этом. "Замком" может служить стена или дерево. Около "замка" находятся "главные ворота" - ребята из второй команды с завязанными глазами. Игроки, которые должны расколдовывать "замок" начинают двигаться по площадке по команде ведущего к главным воротам. Их задача - незаметно дойти до ворот , пройти сквозь них и дотронуться до "замка". При этом игра считается оконченной. Но задача второй команды осалить тех, кто движется к "замку". Те, кого осалят, выбывают из игры. По окончании игры команды меняются ролями.	1	практическое	

46		Русские народные игры и Забавы. «Али-баба» Играющие делятся на две команды и встают, взявшись за руки, лицом к команде противника, на расстоянии 5 –7 метров. Игру начинает одна из команд словами: - Али-баба! Вторая команда хором отвечает: - О чем слуга Вновь говорит первая команда: - Пятого, десятого, Сашу нам сюда!. При этом называется имя одного из игроков команды противника. Названный играющий оставляет свою команду и бежит к команде противника с целью разорвать цепь, т.е. расцепить руки игроков. Если ему это удастся, он забирает в свою команду игрока, расцепившего руки. Если цепь не разорвалась, то он остается в команде противника. Игру команды начинают по очереди. Побеждает та команда, в которой через определенное время будет больше игроков.	1	практическое	
47		Русские народные игры и Забавы. «Два мороза» На противоположных сторонах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются на одной стороне площадки. Воспитатель выделяет двух водящих, которые становятся посередине площадки между домами, лицом к детям. Это Мороз Красный Нос и Мороз Синий Нос. По сигналу воспитателя «Начинайте», оба Мороза говорят: «Мы два	1	практическое	

		брата молодые, два мороза удалые. Я - Мороз Красный Нос. Я - Мороз Синий Нос. Кто из вас решиться, в путь-дороженьку пуститься?» Все играющие отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз» и перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а Морозы стараются их заморозить, т.е. коснуться рукой. Замороженные останавливаются там, где их захватил мороз и так стоят до окончания перебежки всех остальных. Замороженных подсчитывают, после они присоединяются к играющим.			
48		Русские народные игры и Забавы. «Щука» Вариант салочек (пятнашек), осаленный прицепляется к воде и вместе они селят следующего, последний осаленный игрок становится водящим. Еще один вариант этой игры, но осаленные замирают на месте, раскрыв руки.	1	практическое	
49		Русские народные игры и Забавы. «Водяной» Водящий сидит в кругу с закрытыми глазами. Играющие двигаются по кругу со словами: Дедушка Водяной, Что сидишь под водой? Выгляни на чуточку, На одну минуточку. Круг останавливается. Водяной встает и с закрытыми глазами подходит к одному из играющих. Его задача – определить кто перед ним. Водяной может трогать стоящего перед ним игрока, но	1	практическое	

		глаза открывать нельзя. Если Водяной отгадывает имя игрока, то они меняются ролями и игра продолжается.			
50		Русские народные игры и Забавы. «Третий лишний» Игроки встают в круг по двое (один за другим) водящий бежит за одним из свободных игроков по внешнему кругу, не пересекая его, игрок может встать перед одной из пар и тогда убежать придется тому, кто оказывается третьим и стоит спиной к границе круга. Осаленный становится водящим.	1	практическое	
51		Русские народные игры и Забавы. «На золотом крыльце сидели...» Водящий крутится на месте и вокруг себя у земли вращает скакалкой, приговаривая: «На золотом крыльце сидели царь, царица, король, королица, повар и портной. Итак, игроки вокруг должны прыгать через скакалку, кто не успеет, тот водит и до след. ошибки именуется словом, на котором он запутался в скакалке.	1	практическое	
52		Русские народные игры и Забавы. «Кандалы» Игроки разбиваются на две группы, становятся друг напротив друга на расстоянии 20 м. и берутся за руки образуя две цепочки, расположенные параллельно друг другу. Первая группа кричит хором: - "Кандалы!" Вторая ей отвечает: - "Закованы! Раскуйте нас." Первая, хором: - "Кем из нас?" Вторая группа, посоветовавшись, выбирает одного	1	практическое	

		из первой группы и называет его имя. Выбранный разбегается и пытается порвать цепь, участники которой его выбрали (цепь второй группы), а те в свою очередь пытаются этого не допустить, крепко держась за руки. Если Выбранный разрывает цепь, то он берет одного из двух, разорвавших цепочку и забирает его в свою команду. Если Выбранный не разрывает цепь, то он остается в этой команде (пойман).			
53		Русские народные игры и Забавы. «Ворота» Вариант жмурок, где води двое с закрытыми глазами – «стража», меж которых должны пройти остальные игроки, пойманные меняются местами со «стражей».	1	практическое	
54		Русские народные игры и Забавы. «Слон» Играют две команды: «слоны» встают цепочкой, держась друг за друга в согнутом состоянии, наездники запрыгивают на них и «слон» пытается идти.	1	практическое	
55		Русские народные игры и Забавы. «Козел» Игроки встают в круг, водят вокруг (водящего «козла» или «короля») хоровод со словами: «Шел король по лесу, по лесу, нашел себе принцессу, принцессу, (козел из хоровода выбирается принцессу) Давай с тобой попрыгаем, попрыгаем, и ножками подрыгаем, подрыгаем, и ножками потопаем, потопаем, и ручками похлопаем, похлопаем, головой качаем и	1	практическое	

		снова начинаем.			
56		Русские народные игры и Забавы. «Лягушки и цапля» Границы болота (прямоугольник, квадрат или круг), где живут лягушки, отмечаются кубами (сторона 20 см), между которыми протянуты веревки. На концах веревок мешочки с песком. Поодаль гнездо цапли. Лягушки прыгают, резвятся в болоте. Цапля (водящий) стоит в своем гнезде. По сигналу воспитателя она, высоко поднимая ноги, направляется к болоту, перешагивает веревку и ловит лягушек. Лягушки спасаются от цапли — они выскакивают из болота. Пойманных лягушек цапля уводит к себе в дом. (Они остаются там, пока не выберут новую цаплю.) Если все лягушки успеют выскочить из болота и цапля никого не поймает, она возвращается к себе в дом одна. После 2—3 игры выбирается новая цапля.	1	практическое	
57		Русские народные игры и Забавы. «Волк во рву» Поперек площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров. В нем находится водящий - волк. Остальные дети — козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова «Козы, в поле, волк во рву!» дети бегут из дома в поле и перепрыгивают по дороге	1	практическое	

		через ров. Волк бегает во рву, стараясь осалить прыгающих коз. Осаленный ходит в сторону. осаленный ходит в сторону. Воспитатель говорит: «Козы, домой!» Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2—3 перебежек выбирается или назначается другой водящий.			
58		Русские народные игры и Забавы. «Прыгуны» Все участники игры должныделиться на две команды. Каждая команда встаёт на противоположных сторонах площадки. Нужно мелом или флажками обозначить начало движения или линию старта для каждой команды. Таким образом, получится, что линия старта одной команды будет линией финиша для другой команды и наоборот. Первые игроки каждой из команд выполняют прыжок с места толчком двух ног. После прыжка первого игрока по пяткам отмечается результат его прыжка. Второй участник выходит к линии, оставленной первым игроком, и так же выполняет прыжок с места с отметкой приземления, затем прыгает третий и так далее до последнего играющего. Если последнему игроку удалось перепрыгнуть через финишную линию, его команда побеждает в этой игре-эстафете. Можно организовать 4—5 команд (можно организовать соревнование между мальчиками и	1	практическое	

		девочками).			
59		Русские народные игры и Забавы. «Лошади» Играющие разбегаются по всей площадке и на сигнал педагога "Лошадки" бегут, высоко поднимая колени. На сигнал "Кучер" - обычная ходьба. Ходьба и бег чередуются. Воспитатель может повторить один и тот же сигнал подряд. Художественное слово: Гоп-гоп! Ну, скачи в галоп! Ты лети, конь, скоро-скоро Через реки, через горы! Все-таки в галоп - гоп-гоп! Трух-трух! Рысью, милый друг! Ведь сдержаться-то станет силы, - Рысью-рысью, конь мой милый! Трух-трух! Не споткнись, мой друг!	1	практическое	
60		Русские народные игры и Забавы. Дети распределяются на две группы. Одна образует круг в центре площадки (дети идут по кругу, держась за руки) – это клетка. Другая подгруппа – птички. Воспитатель говорит: «Открыть клетку!» Дети, образующие клетку, поднимают руки. Птички влетают в клетку (в круг) и тут же вылетают из нее. Воспитатель говорит: «Закрыть клетку!» дети опускают руки. Птички, оставшиеся в клетке, считаются пойманными. Они встают в круг. Клетка увеличивается, и игра продолжается, пока не останется 1-3 птички. Затем дети меняются ролями.	1	практическое	
61		Русские народные игры и Забавы. «Северный и южный ветер» Выбирают двух водящих. Одному	1	практическое	

		на руку повязывают синюю ленту – это «северный ветер», другому красную – это «южный ветер». Остальные дети бегают по площадке. Северный ветер пытается «заморозить» как можно больше людей – дотронуться до них рукой. Замороженные принимают какую-нибудь позу. «Южный ветер» стремится «разморозить» детей.			
62		Русские народные игры и Забавы. «Бой петухов» Играющие стараются вывести друг друга из равновесия, прыгая на одной ноге и толкая соперника правым или левым плечом. Проигрывает тот кто коснется земли второй ногой.	1	практическое	
63		Русские народные игры и Забавы. «Караси и щука» Один ребенок выбирается щукой. Остальные играющие делятся на две группы: одна из них – камешки – образует круг, другая – караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за кругом. По сигналу воспитателя: «Щука!» - она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат поскорее занять место за кем-нибудь из играющих и присесть (караси прячутся от щуки за камешки). Щука ловит тех карасей, которые не успели спрятаться. Пойманные уходят за круг.	1	практическое	
64		Русские народные игры и Забавы. «Лиса в курятнике» На одной стороне площадки отчерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках)	1	практическое	

		располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры – они ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу «Лиса» куры убегают в курятник, взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест. Отводит ее в свою нору. Куры спрыгивают с насеста и игра возобновляется.			
65		Русские народные игры и Забавы. «Река и ров» Занимающиеся построены на середине зала (площадки) в колонну по одному. Справа от колонны – ров, слева – река. Через реку надо переплыть (идти, имитируя руками движения пловца), через ров – перепрыгнуть. По сигналу учителя «Ров – справа!» дети поворачиваются направо и прыгают вперед. Тот, кто прыгнул в другую сторону, считается упавшим в реку. Ему помогают выбраться, подавая руку. Все возвращаются и строятся посреди зала. По сигналу «Река – справа!» дети поворачиваются налево и «плывут на другой берег». Попавшему в ров подают руку, он возвращается к товарищам. Выигрывает игрок, совершивший меньше ошибок.	1	практическое	
66		Русские народные игры и Забавы. «Горячая картошка» Дети становятся в круг и	1	практическое	

		перекидывают мяч друг другу, как будто горячая картошка. Игроки должны передавать быстро, чтобы не обжечься			
67		Русские народные игры и Забавы. «Заяц без логова» Игроки становятся парами, лицом друг к другу. Пусть они поднимут руки вверх, образуя, таким способом, «логово зайца». Теперь выберите водящих – это будет заяц и охотник. Задача зайца – убежать от охотника, его убежище – логово. То есть, заяц должен встать между играющими. Тот, к кому заяц встаёт спиной, становится сам зайцем и начинает убежать от охотника.	1	практическое	
68		Русские народные игры и Забавы. «Подвижная цель» На площадке чертят два круга диаметром 6—7 м. За границами круга встают на равном расстоянии друг от друга 5—6 играющих, в центре круга — водящий. Задача игроков, стоящих за пределами, «запятнать» мячом водящего, который увертывается от мяча.	1	практическое	
69		Русские народные игры и Забавы. «Бредень» Играют две команды, одна команда взявших за руки, образует «бредень» и ловит свободно передвигающихся по площадке соперников «рыбу». Пойманные игроки выбывают из игры. Через некоторое время команды меняются ролями. Выигрывает команда, поймавшая «рыбы» больше	1	практическое	
70		Русские народные игры и Забавы. Играющие делятся на две	1	практическое	

		команды. Первая - должна расколдовывать "замок", а вторая - помешать ей в этом. "Замком" может служить стена или дерево. Около "замка" находятся "главные ворота" - ребята из второй команды с завязанными глазами. Игроки, которые должны расколдовывать "замок" начинают двигаться по площадке по команде ведущего к главным воротам. Их задача - незаметно дойти до ворот, пройти сквозь них и дотронуться до "замка". При этом игра считается оконченной. Но задача второй команды осалить тех, кто движется к "замку". Те, кого осалят, выбывают из игры. По окончании игры команды меняются ролями.			
71		Русские народные игры и Забавы. «Али-баба» Играющие делятся на две команды и встают, взявшись за руки, лицом к команде противника, на расстоянии 5 –7 метров. Игру начинает одна из команд словами: - Али-баба! Вторая команда хором отвечает: - О чем слуга Вновь говорит первая команда: - Пятого, десятого, Сашу нам сюда!. При этом называется имя одного из игроков команды противника. Названный играющий оставляет свою команду и бежит к команде противника с целью разорвать цепь, т.е. расцепить руки игроков. Если ему это удастся, он забирает в свою команду игрока,	1	практическое	

		расцепившего руки. Если цепь не разорвалась, то он остается в команде противника. Игру команды начинают по очереди. Побеждает та команда, в которой через определенное время будет больше игроков.			
72		Русские народные игры и Забавы. «Два мороза» На противоположных сторонах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются на одной стороне площадки. Воспитатель выделяет двух водящих, которые становятся посередине площадки между домами, лицом к детям. Это Мороз Красный Нос и Мороз Синий Нос. По сигналу воспитателя «Начинайте», оба Мороза говорят: «Мы два брата молодые, два мороза удалые. Я - Мороз Красный Нос. Я - Мороз Синий Нос. Кто из вас решиться, в путь-дороженьку пуститься?» Все играющие отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз» и перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а Морозы стараются их заморозить, т.е. коснуться рукой. Замороженные останавливаются там, где их захватил мороз и так стоят до окончания перебежки всех остальных. Замороженных подсчитывают, после они присоединяются к играющим.	1	практическое	
73		Русские народные игры и Забавы. «Жар-птица» Участвуют 2 команды. В составе каждой 6	1	практическое	

		человек. Для игры из лоскутков материи изготавливается и красочно расписывается жар-птица. Одна команда (по жребию) образует круг. Игроки перекидывают жар-птицу друг другу так, чтобы ее не смог поймать водящий из команды соперников, находящийся в середине круга. Как только водящий поймает жар-птицу, его команде присуждается 1 очко, и игра возобновляется. По истечении условного времени команды меняются ролями. Побеждает команда, набравшая больше очков.			
74		Русские народные игры и Забавы. «Перетягивание воза» Учувствуют 2 команды. Они строятся в шеренги друг напротив друга. Между шеренгами проводится линия. По сигналу соперники, взяв друг друга за руки, стараются перетянуть одну за линию.	1	практическое	
74		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.	2	практическое	
75		Бессюжетные игры. «Ловишки-перебежки» По обеим сторонам площадки проводятся две черты.	2	практическое	

		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.			
76		Бессюжетные игры. «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.	2	практическое	
77		Бессюжетные игры. «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.	2	практическое	
78		Бессюжетные игры. «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.	2	практическое	

		Бессюжетные игры. «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.	2	практическое	
79		Бессюжетные игры. «Веселый бег» Команды становятся во встречные колонны с одной стороны мальчики, с другой девочки (на расстоянии длины волейбольной площадки). Около направляющего колонны лежит 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.	2	практическое	
80		Бессюжетные игры. «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.	2	практическое	
81		Бессюжетные игры. «Землемеры» На площадке проводят две линии между стартом и финишем на расстоянии 12-15 м. Играющие делятся на	2	практическое	

		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.			
82		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.	2	практическое	
83		Игры-забавы. «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.	2	практическое	
84		Игры-забавы. «Черепаша-путешественница» Для этой эстафеты каждой команде понадобится	2	практическое	

		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 преодолеет предложенный путь.			
85		Игры-забавы. «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».	2	практическое	
86		Игры-забавы. «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.	2	практическое	
87		Игры-забавы. «Дриблинг» Делим класс на две команды. Они разыгрывают между собой эстафету с воздушными	2	практическое	

		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.			
88		Игры-забавы. «Пролезь сквозь мешок» Команды выстраиваются в колонну по одному лицевой линии 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 возвращаются обратно с правой стороны.	2	практическое	
89		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	2	практическое	

		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.			
90		Народные игры. 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.	2	практическое	
91		Народные игры. «Жар-птица» Участвуют 2 команды. В составе каждой 6 человек. Для игры из лоскутков материи изготавливается и красочно расписывается жар-птица. Одна команда (по жребию) образует круг. Игроки перекидывают жар-птицу друг другу так, чтобы ее не смог поймать водящий из команды соперников, находящийся в середине круга. Как только	2	практическое	

		водящий поймает жар-птицу, его команде присуждается 1 очко, и игра возобновляется. По истечении условного времени команды меняются ролями. Побеждает команда, набравшая больше очков.			
92		Народные игры. «Перетягивание воза» Учувствуют 2 команды. Они строятся в шеренги друг напротив друга. Между шеренгами проводится линия. По сигналу соперники, взяв друг друга за руки, стараются перетянуть одну за линию.	2	практическое	
93		Народные игры. «Бредень» Играют две команды, одна команда взявших за руки, образует «бредень» и ловит свободно передвигающихся по площадке соперников «рыбу». Пойманные игроки выбывают из игры. Через некоторое время команды меняются ролями. Выигрывает команда, поймавшая «рыбы» больше.	2	практическое	
94		Народные игры. «Горячая картошка» Дети становятся в круг и перекидывают мяч друг другу, как будто горячая картошка. Игроки должны передавать быстро, чтобы не обжечься	2	практическое	
95		Народные игры. «Бой петухов» Играющие стараются вывести друг друга из равновесия, прыгая на одной ноге и толкая соперника правым или левым плечом. Проигрывает тот кто коснется земли второй ногой.	2	практическое	
96		Народные игры. «Караси и щука» Один ребенок выбирается щукой. Остальные играющие делятся на две группки: одна их них –	2	практическое	

		камешки – образует круг, другая – караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за кругом. По сигналу воспитателя: «Щука!» - она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат поскорее занять место за кем-нибудь из играющих и присесть (караси прячутся от щуки за камешки). Щука ловит тех карасей, которые не успели спрятаться. Пойманные уходят за круг			
97		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.	2	практическое	
98		Любимые игры детей. «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	2	практическое	
99		Любимые игры детей. «Космонавты» На площадке в разных частях чертим контуры ракеты. Их должно быть на несколько штук меньше	2	практическое	

		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».			
100		Любимые игры детей. «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.	2	практическое	
101		Любимые игры детей. «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».	2	практическое	

		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.			
102		Любимые игры детей. «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.	1	практическое	
103		Любимые игры детей. «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,	1	практическое	

		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.			
104		Любимые игры детей. «Прятки» Дети идут играть в парк. Играющие оговаривают, где можно прятаться. Образуют две группы, одна из которых разбегается врассыпную 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).	1	практическое	
105		Любимые игры детей. «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 врассыпную через площадку в другой дом. Водящий старается запятнать перебежчиков. Один из запятнанных становится водящим, и игра продолжается. В конце игры отмечаются лучшие ребята, не попавшие ни разу.	1	практическое	
106		Любимые игры детей. «Мельница» Все играющие становятся в круг на расстоянии не менее двух метров друг от друга. Один из играющих получает мяч и передает его	1	практическое	

		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.			
ИТОГО			153		