

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа с.Кондуй»



Утверждаю  
директор школы  
*Т.М.*  
Панфилова Т.М.  
07 сентября 2023 г

**Рабочая программа**  
курса внеурочной деятельности  
по спортивно – оздоровительному направлению  
**«Игротека»**  
для учащихся начальной школы

Срок реализации: 1 год

Количество часов по программе: 34 (1 час/нед.)

Автор-составитель: Хертек Ангелина Андреевна

с. Кондуй, 2023

## Пояснительная записка

Настоящая программа разработана с учетом требований следующих нормативных документов:

- Федерального закона РФ от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Письма Министерства образования и науки РФ от 12.05.2011г. №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального образовательного стандарта общего образования»;
- Положения о внеурочной деятельности в МОУ ООШ с.Кондуй.

### *Актуальность программы.*

Рабочая программа внеурочной деятельности кружка «Игротека» отвечает требованиям ФГОС и решает воспитательные результаты трёх уровней, которые поставлены в задачах внеурочной деятельности, через приобщение обучающихся к ЗОЖ и приобретение ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. Повышенная двигательная активность необходима детям для нормального роста и их развития. Игра – ведущая деятельность детей, одно из важных средств, всестороннего воспитания детей младшего школьного возраста. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная **оздоровительная направленность** развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели.

Содержание программы кружка «Игротека» направлено на формирование, сохранение и укрепление здоровья детей, приобщение их к здоровому образу жизни средствами физической культуры и спорта, обеспечение знаниями в области культуры здоровья, воспитание потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом, на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности).

**Общая характеристика программы.** Кружок «Игротека» входит во внеурочную деятельность по спортивно-оздоровительному направлению. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно, динамическую работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Игротека» разработана по **спортивно – оздоровительному направлению** развития личности в соответствии ФГОС. Выбор данного направления развития личности сделан с учётом интересов и запросов обучающихся и их родителей. По данным исследований по методике «Сфера интересов» (О.И. Мотков) область интересов обучающихся 1 класса: спортивная деятельность. По результатам анкетирования «Выбор курсов внеурочной деятельности») в 2018 г. большинство обучающихся выбрало кружок «Игротека». В анкете по изучению потребностей, связанных с улучшением организации свободного времени детей, для родителей наиболее привлекательное - спортивно – оздоровительное направление внеурочной деятельности. Родители хотели бы уделить особое внимание в процессе внеурочной деятельности развитию спортивных способностей своего ребёнка.

**Целью программы** является удовлетворение потребности младших школьников в двигательной активности, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Реализация программы обеспечивает **решение следующих задач:**

**Образовательные:**

- научить детей играть активно и самостоятельно;
- познакомить с играми, традициями, историей и культурой разных народов;
- обучить правилам народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

**Развивающие:**

- вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение;
- проявлять инициативу;
- развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость;
- увеличивать функциональные возможности организма.
- укрепление здоровья учащихся, посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения учащихся к себе;
- обучение умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности детей;
- формирование коммуникативных компетенций.

**Воспитательные:**

- воспитание внимания, культуры поведения, дисциплинированности, доброжелательного и внимательного отношения к людям, оказание помощи тем, кто в ней нуждается;
- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- прививать учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитывать культуру общения со сверстниками и формировать навыки сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

**Ценностные ориентиры содержания кружка:**

- Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к самому себе.
- Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы.
- Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа

жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

- Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

**Место кружка в учебном плане.** Программа рассчитана на 33 ч в год с проведением занятий один раз в неделю продолжительностью 40 мин. Содержание программы кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности.

Формы и виды:

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- беседы о ЗОЖ;</li> <li>- оздоровительные процедуры;</li> <li>- физкультурные и спортивные занятия;</li> <li>- спортивные и оздоровительные акции (соревнования, турниры, показательные выступления, мастер-классы, дни здоровья и т.п.), организуемые педагогом.</li> </ul>                                                                                                                                                                          |  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- спортивные и оздоровительные акции (соревнования, турниры, показательные выступления, мастер-классы, дни здоровья и т.п.), совместно организуемые школьниками и педагогом в виде коллективных творческих дел – КТД.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                       |  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- спортивные и оздоровительные акции (соревнования, турниры, показательные выступления, мастер-классы, дни здоровья и т.п.), совместно организуемые школьниками и педагогом для малышей, сверстников, учителей, родителей;</li> <li>- спортивные и оздоровительные акции (соревнования, турниры, показательные выступления, мастер-классы, дни здоровья и т.п.), совместно организуемые школьниками и педагогом в окружающем школу социуме.</li> </ul> |  |  |

**Предполагаемые результаты освоения обучающимися программы курса**

**«Игротека».**

**Личностные результаты:**

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- уметь выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

**Метапредметные результаты:**

- формирование универсальных учебных действий (УУД).

### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- *определять и формировать* цель деятельности с помощью учителя;
- *проговаривать* последовательность действий во время занятия;
- *учиться работать* по определенному алгоритму;
- оценка качества и уровня исполнения.

### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- умение *делать выводы* в результате совместной работы класса и учителя.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

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

### **Ожидаемые результаты:**

- снижение негативных последствий учебной перегрузки;
- увеличение уровня двигательной активности;
- совершенствование физических возможностей и интеллектуальных способностей;
- повышение психоэмоциональной устойчивости;
- сохранение и укрепление здоровья.

### **В результате освоения программы «Игротека» обучающиеся должны иметь представление:**

- о традициях народных праздников;
- о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

#### **должны знать:**

- историю возникновения народных игр;
- правила проведения игр, эстафет и праздников;
- основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- правила безопасного поведения во время проведения игр;

#### **должны уметь:**

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость, броски, метание);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- сотрудничать друг с другом во время проведения занятий;
- применять игровые навыки в жизненных ситуациях;
- участвовать в организации и проведении игр в группе и классе.

### **Формы и методы работы:**

- игра-путешествие;
- сюжетно-ролевая игра;
- игра-соревнование;
- игра-конкурс;

- викторина;
- подвижные игры.

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря, наглядных материалов и без них.

### **Способы определения результативности:**

Участие обучающихся в играх, конкурсах, викторинах, соревнованиях. Итоговый контроль занятий первого года обучения пройдет в форме спортивно-игрового праздника. Портфель достижений школьника (сертификаты, грамоты, дипломы и др.).

В конце учебного года каждый ученик получает сертификат:

- **об успешном окончании кружка** (при условии участия обучающегося в различных конкурсах, олимпиадах);
- **об окончании работы кружка** (при условии посещения 50% занятий).

Данный сертификат помещается в портфолио обучающегося.

**Подведение итогов реализации программы осуществляется** в виде спортивного праздника (1 ч), где ребята смогут продемонстрировать свои знания, умения и навыки, полученные в течение данного курса.

### **Содержание программы.**

#### **Вводное занятие (2 ч).**

*Теория:* Знакомство с содержанием работы внеурочной деятельности «Игротека». Какие бывают игры? Правила игры. Обязательны ли они для всех? (2 ч.)

#### **Подвижные игры (7 ч).**

*Теория:* История и правила подвижных игр: «Капканы», «Гуси-гуси», «Третий лишний», «Краски», «Летает, не летает», «Горелочки», «Казачьи и разбойники» (1 ч.)

*Практика:* Подвижные игры: «Капканы», «Гуси-гуси», «Третий лишний», «Краски», «Летает, не летает», «Горелочки», «Казачьи и разбойники» (6 ч.)

#### **Народные игры (7 ч).**

*Теория:* Знакомство с народными играми (1 ч.)

*Практика:* Русская народная игра: «Каравай». Русская народная игра: «У медведя во бору». Русская народная игра: «Узнай по голосу». Шорские народные игры: «Перетяни палку», «Стрельба из лука». Шорские народные игры: «Мы охотимся», «Бабки». Татарская народная игра: «Тимербай», «Спутанные кони». Игры народов Коми: «Стой, олень!» (6 ч.)

#### **Игры на развитие психических процессов (9 ч).**

*Теория:* Виды дидактических игр (1 ч.)

*Практика:* Игры с игрушками. Игры с природным материалом: «Разложи листья по убывающей величине», «Что растет в лесу». Настольная игра: «Парные картинки». Настольная игра: «Домино» (грибы). Пальчиковые игры: «Моя семья», «Капустка». Пальчиковая игра: «Лодочка». Сюжетно-ролевая игра: «Парикмахерская». Сюжетно-ролевая игра: «Магазин». Словесная игра: «Отгадай-ка», «Что растет в лесу» (8 ч.)

#### **Спортивные игры (8 ч).**

*Теория:* Правила спортивных игр (1 ч.)

*Практика:* Игры на развитие скоростных качеств: «А ну-ка, догони!», «Кто первый?». Игры для формирования правильной осанки: «Ванька-встанька», «Лошадки». Игры с бегом: «Караси и щука», «Дорожки». Игры с прыжками: «Кто дальше?», «Болото». Игры со скакалками: «Скакалочка», «Лягушка». Игры с метанием, передачей и ловлей мяча:

«Охотники и утки», «Сильный бросок». Игры с лазанием и перелезанием: «Защита укрепления», «Распутай верёвочку». Спортивно-игровой праздник. Игры, эстафеты, весёлые минутки (7 ч.).

**Занятия на уровне школы.**

Спортивно – игровой праздник.

Игры, эстафеты, весёлые минутки.



### Тематическое планирование

| №п/п | Название раздела, темы                                                                    | Количество часов |          |          |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------|----------|
|      |                                                                                           | Всего            | Теория   | Практика |
|      | <b><i>Вводное занятие.</i></b>                                                            | <b>2</b>         | <b>2</b> | <b>-</b> |
| 1.   | Знакомство с содержанием работы внеурочной деятельности «Игротека». Какие бывают игры?    | 1                | 1        | -        |
| 2.   | Правила игры. Обязательны ли они для всех?                                                | 1                | 1        | -        |
|      | <b><i>Подвижные игры.</i></b>                                                             | <b>7</b>         | <b>1</b> | <b>6</b> |
| 3.   | История и правила подвижных игр.                                                          | 1                | 1        | -        |
| 4.   | Подвижная игра: «Капканы», «Гуси-гуси».                                                   | 1                | -        | 1        |
| 5.   | Подвижная игра: «Третий лишний».                                                          | 1                | -        | 1        |
| 6.   | Подвижная игра: «Краски».                                                                 | 1                | -        | 1        |
| 7.   | Подвижная игра: «Летает, не летает».                                                      | 1                | -        | 1        |
| 8.   | Подвижная игра: «Горелочки».                                                              | 1                | -        | 1        |
| 9.   | Подвижная игра: «Казачьи и разбойники».                                                   | 1                | -        | 1        |
|      | <b><i>Народные игры.</i></b>                                                              | <b>7</b>         | <b>1</b> | <b>6</b> |
| 10.  | Знакомство с народными играми.                                                            | 1                | 1        | -        |
| 11.  | Русские народные игры: «Караван», «У медведя во бору».                                    | 1                | -        | 1        |
| 12.  | Русская народная игра: «Узнай по голосу».                                                 | 1                | -        | 1        |
| 13.  | Шорские народные игры: «Перетяни палку», «Стрельба из лука».                              | 1                | -        | 1        |
| 14.  | Шорские народные игры: «Мы охотимся», «Бабки».                                            | 1                | -        | 1        |
| 15.  | Татарская народная игра: «Тимербай», «Спутанные кони».                                    | 1                | -        | 1        |
| 16.  | Игры народов Коми: «Стой, олень!».                                                        | 1                | -        | 1        |
|      | <b><i>Игры на развитие психических процессов.</i></b>                                     | <b>9</b>         | <b>1</b> | <b>8</b> |
| 17.  | Виды дидактических игр.                                                                   | 1                | 1        | -        |
| 18.  | Игры с игрушками.                                                                         | 1                | -        | 1        |
| 19.  | Игры с природным материалом: «Разложи листья по убывающей величине», «Что растет в лесу». | 1                | -        | 1        |
| 20.  | Настольная игра: «Парные картинки».                                                       | 1                | -        | 1        |
| 21.  | Настольная игра: «Домино» (грибы).                                                        | 1                | -        | 1        |
| 22.  | Пальчиковые игры: «Моя семья», «Капустка», «Лодочка».                                     | 1                | -        | 1        |

|     |                                                                                                                                                |           |          |           |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-----------|
| 23. | Сюжетно-ролевая игра: «Парикмахерская».                                                                                                        | 1         | -        | 1         |
| 24. | Сюжетно-ролевая игра: «Магазин».                                                                                                               | 1         | -        | 1         |
| 25. | Словесная игра: «Отгадай-ка», «Что растёт в лесу».                                                                                             | 1         | -        | 1         |
|     | <b><i>Спортивные игры.</i></b>                                                                                                                 | <b>8</b>  | <b>1</b> | <b>7</b>  |
| 26. | Правила спортивных игр.                                                                                                                        | 1         | 1        | -         |
| 27. | Игры на развитие скоростных качеств: «А ну-ка, догони!», «Кто первый?». Игры для формирования правильной осанки: «Ванька-встанька», «Лошадки». | 1         | -        | 1         |
| 28. | Игры с бегом: «Караси и щука», «Дорожки».                                                                                                      | 1         | -        | 1         |
| 29. | Игры с прыжками: Кто дальше?», «Болото».                                                                                                       | 1         | -        | 1         |
| 30. | Игры со скакалками: «Скакалочка», «Лялька».                                                                                                    | 1         | -        | 1         |
| 31. | Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки», «Сильный бросок».                                                                 | 1         | -        | 1         |
| 32. | Игры с лазанием и перелезанием: «Защита укрепления», «Распутай верёвочку».                                                                     | 1         | -        | 1         |
| 33. | Спортивно-игровой праздник. Игры, эстафеты, весёлые минутки.                                                                                   | 1         | -        | 1         |
|     | <b>Итого</b>                                                                                                                                   | <b>33</b> | <b>6</b> | <b>27</b> |

## **Методическое обеспечение курса внеурочной деятельности**

Для реализации учебно-воспитательного процесса программа укомплектована методическими, дидактическими и демонстрационными материалами.

- Конспекты занятий;
- тексты игр (Приложение №.1,2, 3);
- мячи;
- настольные игры: лото, домино, парные карточки;
- скакалки;
- компьютерное оборудование.

### ***Учебные и методические пособия:***

1. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы - М.:Просвещение, 2007 г.,
2. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература, 1975 г.
3. Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 1983г.
4. Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980г.
5. Яковлев В. Г., Ратников В.П. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.

### **Литература для педагога:**

1. Барканов С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков. Учебно-методическое пособие /Владос, 2001.
2. Былеева Л.В. Подвижные игры / Москва, 1974.
3. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры - к спорту, 1985.
4. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991.
5. Гришина Г.Н. Любимые детские игры / Москва, 1997.
6. Игротека для всех! – Москва, 1999.
7. Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 1986.
8. Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продленного дня. – Москва, 1983.
9. Степанова О.А. Подвижные игры и физминутки в начальной школе /Москва, Баласс,2008.
10. Фролов В.Г. Физкультурные занятия и спортивные игры на прогулке. – Москва, 1986.
11. Шмаков С. Нетрадиционные праздники в школе.- /Новая школа/, Москва, 1997.

### **Литература для обучающихся и родителей.**

1. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература, 1975
2. Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 1998.
3. Былеева Л.В. Подвижные игры / Москва, 1974.

### **Интернет-ресурсы**

1. <http://vashechudo.ru/> игры зимой

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;"><b>Змейка</b><br/>(русская народная игра)</p> <p>Все дети берут друг друга за руки, образуя живую цепь. Ребенок, стоящий первым, становится ведущим. Он начинает бежать, увлекая за собой всех остальных. На бегу ведущий несколько раз должен резко изменить направление движения всей группы: побежать в противоположную сторону, сделать резкий поворот (под углом 90°), закрутить цепочку «змейкой», описать круг и т.д.</p> <p><i>Правила:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Все дети должны крепко держаться за руки, чтобы «цепочка» не порвалась.</li> <li>2. Игроки должны точно повторять все движения ведущего и стараться бежать «след в след».</li> <li>3. Хорошо использовать в игре естественные препятствия: обегать вокруг деревьев, наклоняться, пробегая под их ветками, сбегать по склонам неглубоких оврагов. При игре в помещении можно создать «полосу препятствий» из больших кубиков или спортивных предметов (обручей, кеглей, гимнастических скамеечек).</li> </ol> <p>Игру можно остановить, если «цепочка» порвалась и выбрать нового ведущего.</p> | <p style="text-align: center;"><b>Салки</b><br/>(русская народная игра)</p> <p>Перед началом игры надо выбрать водящего («салку»). По команде все дети кидаются врассыпную, а водящий начинает гоняться за одним из детей. Догнав убегающего ребенка и коснувшись его рукой, водящий произносит: «Я тебя осалил!» Теперь этот ребенок становится водящим и должен «осалить» другого.</p> <p><i>Правила:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Водящий гоняется только за одним ребенком из группы.</li> <li>2. Остальные дети, бегая по площадке, следят за сменой водящих и должны убежать врассыпную от нового водящего.</li> </ol> |
| <p><b>«Кошки-мышки» (русская народная игра)</b></p> <p>выбирают водящего («кошка»). Другие дети — «мышки» — разбегаются в разные стороны, а «кошка» пытается догнать их. Игрок, которого он коснулся рукой, становится водящим.</p> <p><i>Правила:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Водящий гоняется за разными детьми, пытаясь догнать того ребенка, который находится к нему ближе всего.</li> <li>2. Если «кошка» хочет догнать какого-то определенного ребенка, то он должен сначала громко назвать его по имени. По условиям игры можно несколько раз менять «цель», т.е. называть другое имя и начинать гоняться за этим ребенком, если он оказался вблизи «пятнашки».</li> </ol> <p>Все игроки должны внимательно следить за сменой водящих и стараться во время игры находиться от них на расстоянии.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p><b>«Липкие пеньки» (башкирская народная игра)</b></p> <p>Водящие (их несколько человек одновременно) присаживаются на корточки, а остальные игроки бегают между ними. Водящие пытаются, неподвижно сидя на корточках, поймать или хотя бы коснуться руками («ветками») пробегающих детей. Если им это удалось, то пойманный ребенок становится водящим, и теперь сам должен ловить («приклеивать») веселых бегунов.</p> <p><i>Правила:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя ловить игроков за одежду. «Пеньки» не должны сходить с места.</li> </ol>                                                                       |
| <p><b>«Вестовые» (якутская народная игра)</b></p> <p>Перед началом игры дети делятся на две</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p><b>«Ворота» (русская народная игра)</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>команды и разбиваются в них по парам. В каждой паре один ребенок будет «вестовым», а другой «оленом». В помещении или на площадке обозначается место для двух «столбов». Игра проводится в виде эстафеты: каждый вестовой вместе со своим оленем «скачет» к столбу, обегает его вокруг по часовой стрелке два раза и быстро возвращается к своей команде. Там он отдает свою связку тесемок («письмо») следующей паре игроков, и новый «вестовой» с «оленом» опять пускается в путь.</p> <p>Выигравшей считается команда, чьи «вестовые» первыми вручат «письмо» судье по окончании пути.</p> <p><i>Правила:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Вестовой» не должен обгонять своего «оленья».</li> <li>2. Надо обязательно сделать два круга возле столба</li> <li>3. Следующий «вестовой» не имеет права выбегать навстречу игрокам своей команды, возвращающимся с «письмом».</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>Все дети разбиваются на пары и становятся лицом друг к другу. Они берутся за руки, которые поднимают высоко над головой, образуя «ворота». Дети из последней пары быстро пробегают под воротами и встают впереди всех, затем бежит следующая пара. Игра заканчивается, когда все дети пробегут под воротами.</p> <p><i>Правила:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дети держат друг друга за руки, пробегая под воротами.</li> <li>2. Нельзя задевать «ворота».</li> <li>3. Во время игры можно изменять высоту ворот, постепенно «опуская руки»: это значительно усложнит выполнение задания.</li> </ol>                                                                             |
| <p><b>«Капканы» (русская народная игра)</b></p> <p>Для этой игры выбирается несколько игроков, которые встают парами, лицом друг к другу - это «капканы». «Капканы» должны быть расставлены по игровому полю равномерно. Остальные дети бегают, свободно пробегая через «капканы», пока они открыты.</p> <p>Неожиданно «капканы» закрываются: водящие опускают руки (сигналом может служить свисток судьи или прекращение музыки). Те дети, которые в этот момент пробегали через капканы, оказываются в ловушке.</p> <p>Пойманные игроки и дети, изображавшие в игре «капканы», берутся за руки и становятся в круг, поднимая сомкнутые руки вверх. Остальные игроки образуют «цепочку», которая змейкой вьется по кругу, пробегая через «капканы». «Капканы» закрываются снова, и опять некоторые дети оказались в ловушке: теперь внутри круга.</p> <p><i>Правила:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игра продолжается до тех пор, пока насвободу не останется всего несколько детей.</li> <li>2. Игру можно повторять 2—3 раза, заменяя «капканы».</li> <li>3. В конце игры надо отметить самых ловких игроков и самый удачливый «капкан».</li> </ol> | <p><b>«Золотые ворота — круговые» (русская народная игра)</b></p> <p>В этой игре половина игроков образует круг, взявшись за руки и подняв их вверх — это круглые ворота. Остальные дети образуют живую цепочку, которая поочередно огибает каждого игрока, стоящего в круге. Дети, изображающие «ворота», повторяют речитативом стих</p> <p>На последнем слове дети опускают руки и ловят тех, кто оказался внутри круга.</p> <p>Пойманные дети образуют вместе с детьми, уже стоявшими в круге, еще больший круг, и игра продолжается. Постепенно цепочка игроков становится все короче, а детей в круге — все больше.</p> <p>Игра заканчивается, когда вне круга остаются всего несколько детей.</p> |
| <p><b>«Удмуртские казаки-разбойники»</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p><b>«Два Мороза»(русская народная игра)</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

***(удмуртская народная игра)***

Играющие разбиваются на пары и строятся колонной». Однако водящий становится лицом к первой паре, впереди от нее, примерно в 10 шагах. Он держит в поднятой руке платок или шарф.

Последняя пара разъединяет руки, и каждый игрок бежит вдоль своей стороны колонны вперед, к водящему. Тот игрок, который успеет схватить платок первым, становится водящим, а другой игрок становится в пару с прежним водящим во главе колонны. Вся колонна постепенно продвигается вперед, а водящий отступает на несколько шагов назад, чтобы расстояние между ним и первой парой не уменьшалось.

Для этой игры надо выбрать двух водящих — «двух морозов».

Один — «Мороз Красный нос», а другой — «Мороз Синий нос». Обозначаются две крайние линии на противоположных концах поля: здесь можно прятаться от «морозов». По полю гуляют два «мороза». Они громко произносят: «Я — Мороз Красный нос!», «А я — Мороз Синий Нос». А потом вместе спрашивают у детей: «Ну-ка, кто из вас решится в путь-дороженьку пуститься?»

Дети хором отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз!» После этого дети стараются побыстрее перебежать из одного конца поля на другой, чтобы успеть спрятаться за спасительную линию границы поля, где мороз им уже не страшен. «Морозы» стараются догнать и «осалить» бегущих через поле детей. Если «мороз» коснулся рукой ребенка, то он считается «замороженным». Этот игрок должен замереть («замрзнуть») в той позе, в которой его настигнул «мороз».

***«Стой, олень» (игра, народа коми)***

Водящий («пастух», «охотник»), который определяется по жребию или считалке, должен поймать за игру нескольких «оленей».

Игра начинается, когда водящий закричит: «Беги, олень!» Все игроки кидаются по площадке врассыпную, а «пастух» пытается догнать любого «оленя», коснувшись его небольшой палочкой и произнеся: «Стой, олень!» Игра продолжается до тех пор, пока «пастух» не поймает пять оленей.

***Правила:***

1. Надо лишь касаться игрока палочкой, а не ударять его.
2. Игроки, выбежавшие за пределы площадки, считаются пойманными.

***Волк и овцы (русская народная игра)***

Перед началом игры надо выбрать «волка» и «пастуха», остальные дети будут «овцами». На противоположных сторонах площадки обозначают границы двух «овчарен» — это места, где «овцы» могут спастись от волка. Перед началом игры все «овцы» должны расположиться на краю поля, в одной из «овчарен». В центре площадки очерчивают круг: здесь будет «волчье логово». Дети хором произносят: Пастушок, пастушок, Заиграй в рожок! Травка мягкая, Роса сладкая. Гони стадо в поле, Погулять на воле!

«Пастух» играет в «рожок» и так выпускает своих «овечек» погулять по заливному лугу. «Волк» внимательно следит за пасущимися «овечками» из своего «логова». Когда «пастух» крикнет: «Волк!», «овечки» должны успеть добежать до другой овчарни, на противоположной стороне поля. А «волк» выскакивает из своего «логова» и пытается их поймать («осалить»). «Пастух» защищает «овечек», загораживая их от «волка». «Овечки», которых «волк» поймал, выходят из игры.

***Правила:***

1. «Волк» не должен ловить «овечек», достаточно только

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>«осалить» их.</p> <p>2. «Пастух» не должен задерживать «волка», хватать его руками, он может только заслонять своих «овечек».</p> <p>«Овечкам» нельзя возвращаться в ту «овчарню», из которой они вышли на пастбище. Они должны обязательно перебежать «поле», попав на его противоположную сторону, минуя «волчье логово».</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p><b>«Ястреб и утки» (бурятская народная игра)</b></p> <p>Игра проводится на улице. Необходимо разделить участок на несколько зон: «камышы», «озеро». На другом конце поля располагается «ястреб» — это ведущий, который будет ловить «уток». «Утки» должны по команде убегать от «ястреба», по дороге к «озеру» прячась в «камышках». «Камыши» — это несколько игроков, которые располагаются в произвольном порядке «Утки» спасаются сначала среди «камышей», потом — в «озере», где «ястреб» уже не может их ловить. Если «ястреб» сумел «осалить» нескольких уток, то они считаются пойманными и выходят за пределы игрового поля.</p> | <p><b>«Бег с палкой в руке» (ингушская народная игра)</b></p> <p>Дети должны пробежать от старта до финиша, держа перед собой палку на ладони вытянутой вперед руки. Если ребенок во время бега уронил палку, то он выбывает из игры.</p> <p>Побеждает тот, кто сумел первым добежать до финиша и не уронить палку.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p><b>«Слепой медведь» (осетинская народная игра)</b></p> <p>По жребию выбирают водящего «слепого медведя». Этому ребенку плотно завязывают глаза.</p> <p>Остальные дети приближаются к медведю и начинают трещать деревянными палочками. «Слепой медведь» идет на звук и пытается поймать или «осалить» любого игрока. Спасаясь от медведя, игроки убегают в рассыпную. Но при этом они не должны покидать пределов игрового поля.</p> <p>Пойманный игрок сам становится «слепым медведем».</p>                                                                                                                                            | <p><b>«Жмурки» (русская народная игра)</b></p> <p>1. Перед началом игры по жребию определяют, кто будет водящим. Ему плотно завязывают глаза, чтоб он не мог ничего видеть, и ставят лицом к стенке. Водящий громко считает: «Раз, два, три, четыре, пять я иду искать». За это время остальные дети должны спрятаться. Водящий на ощупь пускается на поиски детей, а те, перебегая с места на место, стараются не шуметь, чтобы он не услышал, где они находятся. Водящий пытается сначала поймать игрока, а затем, если ему это удалось, должен определить, кто перед ним. Угаданный игрок сам становится водящим.</p> |
| <b>Жмурки (в кругах) (башкирская народная игра)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Жмурки «Маша и Яша» (русская игра)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>игра)</b></p> <p>Начертить круги мелом на асфальте или палочкой на земле, больше чем игроков. По команде взрослого водящий идет наугад, а другие игроки перебегают из кружка в кружок до тех пор, пока водящий не подойдет вплотную к одному из них. Тогда все «замирают», а водящий должен в полной тишине попытаться на ощупь найти, где спрятался игрок. Ребенок, которого ловят, может приседать, наклоняться в сторону, но ни при каких обстоятельствах не сходить с круга. Если он не смог удержать равновесия и заступил за круг, он считается проигравшим.</p> <p>Если водящий сумел найти игрока, стоящего на круге, то он должен еще определить на ощупь, кого он поймал. Если это ему удалось, то этот игрок становится водящим.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p><b>народная игра)</b></p> <p>1. Для этой игры дети выбирают водящими мальчика и девочку. Мальчика назначают «Машей»: теперь он должен говорить тонким голосом, а девочку «Яшей»: с этого момента она говорит басом. Обоим водящим завязывают глаза. Остальные дети берутся за руки и образуют вокруг ведущих замкнутый круг. Водящие становятся в круг, «Яша» ищет «Машу», окликая ее басом, а «Маша» откликается, но не очень-то спешит навстречу «Яше». Если «Яша» вслепую примет за «Машу» другого ребенка, ему указывают на ошибку. Игра продолжается до тех пор, пока смешная парочка наконец не встретится. Затем можно выбрать другую пару игроков.</p> |
| <p><b>«Маляр и краски» (татарская народная игра)</b></p> <p>Перед началом игры выбирают водящего («маляра») и «хозяйку красок». Остальные дети становятся «красками», каждый ребенок выбирает себе собственный цвет, но так, чтобы «маляр» не услышал названия. Водящий («маляр») обращается к «хозяйке красок»: «Бабушка, бабушка, я пришел за краской. Разрешите взять?» — «У меня красок много, — отвечает «хозяйка красок», — какую тебе?»</p> <p>Все «краски» сидят рядышком на лавке и ждут, какой цвет назовет «маляр». Названная «краска» должна вскочить с лавки и успеть добежать до противоположного конца комнаты или площадки, где можно будет укрыться за специально начерченной линией.</p> <p>«Маляр», называя «краску», не знает, есть ли она у «хозяйки» и какой это игрок. Он должен постараться угадать нужный цвет, а затем или успеть поймать убегающую «краску», или хотя бы «осалить» ее. Обычно «маляр» по условиям игры должен собрать не менее пяти красок. Тогда можно выбрать другого «маляра», «хозяйку красок», присвоить «краскам» новые имена и начинать игру сначала.</p> | <p><b>«Свечки» (русская народная игра)</b></p> <p>Все дети встают в круг, а водящий становится в центр круга и бросает мяч вверх со словами: «Свечка!» Пока мяч находится в воздухе, все дети кидаются врассыпную, стараясь убежать как можно дальше от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стоп!» Дети должны остановиться, а водящий пытается мячом попасть в ближайшего от него игрока. Если ему это удалось, то этот игрок становится водящим.</p>                                                                                                                                                                                                     |
| <p><b>«Заяц»(русская народная игра)</b></p> <p>Дети становятся кругом, в центре круга — «заяц». Игроки начинают перебрасывать мяч друг другу так, чтобы он задел «зайца». «Заяц» пытается увернуться от мяча. Игрок, сумевший</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <p><b>«Вышибалы»</b></p> <p><b>(русская народная игра)</b></p> <p>1. Перед началом игры по жребию определяют двух «вышибал». Они становятся на</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>задеть мячом зайчика, становится на его место, и игра продолжается.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <p>противоположных концах площадки. Остальные дети выстраиваются в ряд на середине площадки, лицом к «вышибале», у которого мяч. «Вышибала» с размаху бросает мяч, пытаясь задеть любого из игроков на середине поля. Если ему это удалось, то такой игрок считается выбывшим из игры: он должен отойти за границы площадки. Мяч, проскочивший мимо игроков, должен поймать другой «вышибала»: теперь его очередь бросать</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>«В узелок»(татарская народная игра)</b></p> <p>Водящий должен отойти на несколько шагов от остальных детей, которые стоят или усаживаются в кружок. Расстояние между детьми должно быть примерно 1,5—2 м.</p> <p>Игроки перекидывают узелок (или мяч) по кругу, своим соседям слева или справа, а водящий бегаёт за кругом и пытается его поймать. Если ему удастся хотя бы коснуться узелка на лету или в руках у одного из игроков, то игрок, не сумевший защитить узелок, становится водящим. Игра продолжается.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p><b>«Лунки» (русская народная игра)</b></p> <p>Игроки выкапывают на площадке вдоль прямой линии несколько неглубоких ямок — лунок. Параллельно на расстоянии 2—3 м проводят другую линию: от нее надо будет закатить или забросить небольшой резиновый мяч поочередно в каждую лунку — это определяется до начала игры. Первый игрок бросает мяч в лунки, пока не промахнется. Затем каждый ребенок пытается попасть в лунки. Если ни один ребенок не сумеет с первого раза попасть во все лунки без промаха, то игра повторяется, причем каждый игрок бросает мяч в ту лунку, где он промахнулся. Выигравшим считается игрок, первым сумевший метко попасть мячом во все лунки поочередно.</p>                                    |
| <p><b>«Хромая лиса»(татарская народная игра)</b></p> <p>— В начале игры надо расчертить площадку, определить, где будет располагаться «лисий нора», «дом», «курятник», и выбрать, кто из детей будет «хромой лисой» и «хозяином курятника». «Хромая лиса» скачет на одной ноге из своей норы к «курятнику» мимо «дома», а «хозяин дома» спрашивает у нее, куда она собралась</p> <p>Доверчивый хозяин «ложится спать» (закрывает глаза), а плутовка-лиса залезает в «курятник» и начинает гоняться за «курами». При этом она должна прыгать на одной ноге, вставать на обе ноги сразу ей запрещено. Иногда до начала игры договариваются, что «хромая лиса» может менять ногу, если устанет долго прыгать на одной ноге. «Куры» разбегаются от лисы врассыпную, но выбегать из курятника им строго запрещено.</p> <p>Прыгая за «курами», «хромая лиса» стремится «осалить» кого-нибудь рукой. Игрок, которого лиса сумела коснуться, сам становится лисой в следующей игре.</p> <p>Если лиса встала на две ноги, и хозяин курятника заметил это, то он с криком бросается к лисе, и она убегает в нору. Если хозяин догонит лисицу, и она не успеет спрятаться в норе, то этой лисе придётся вод</p> | <p><b>«Лапта» (русская народная игра)</b></p> <p>Игроки делятся на две команды, в каждой команде выбирают своего водящего, он будет подавать мяч первым.</p> <p>Игра проводится на улице. С одной стороны игрового поля находится «город», а с другой, на расстоянии 10—20 м, чертится линия кона. Игроки «города» располагаются на его территории, игроки поля в произвольном порядке располагаются в «поле». Водящий первым подбрасывает мяч и с помощью лапты направляет его в «поле», быстро бежит к линии кона, а затем также быстро возвращается в «город». Игроки «поля» ловят мяч в воздухе или поднимают его там, где он упал, и с этого места они могут «пятнать» бегущего противника, если он еще находится в «поле».</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ить еще раз.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p><b>«Альчики»(игра народов Дагестана)</b></p> <p>«Альчики» (так называли в Дагестане лодыжки ног барана или козы) кладут на плоский камень у глухой стены. Каждый игрок ставит на камень по два альчика (косточки). Первый бросок каждый игрок делает из-за контрольной линии, расположенной на расстоянии 5— 10 шагов от камня (в зависимости от возраста игроков). Если игрок сумел, стоя за контрольной линией, добросить свою битку до камня и сбить с него альчик, то он забирает себе этот альчик и снова бьет по оставшимся альчикам, но уже с того места, куда отскочила от стены его битка. Если игрок промахнулся, то ход переходит к следующему игроку. Выигрывшим считается тот, кто соберет больше всех альчиков. Можно использовать вместо альчиков карандаши или палочки длиной около 10 см</p> | <p><b>«Шапка канатоходца» (игра народов Дагестана)</b></p> <p>История этой игры восходит к древним обычаям горских народов, для которых одним из основных умений было умение удерживать равновесие на крутых горных тропах. Первоначально в игру играли так: располагали два крупных камня высотой до 50 см на расстоянии 3—5 шагов друг от друга и сверху на них клали шест. Игрок должен был перенести шапки всех участников по очереди от одного камня к другому, ни разу не оступившись и не уронив ни одну шапку. Для игры можно использовать гимнастическую скамейку, по которой должны будут ходить дети в ходе игры. В этой игре дети могут просто потренироваться переносить в одной руке предметы (например, свои панамки), переходя из одного конца скамейки в другой и возвращаясь обратно.</p>                                          |
| <p><b>Волк и жеребята</b></p> <p><i>(якутская народная игра)</i></p> <p>Считалкой выбирают Волка и две-три Лошади, а остальные дети изображают Жеребят. Лошади огораживают чертою поле — «пастбище», на котором пасутся Жеребята, и охраняют их, чтобы не ушли далеко от «табуна», так как там бродит Волк. Место Волку также очерчивают — это «логово». Все становятся на свои места, и игра начинается. Пасущиеся Лошадки распростертыми руками сгоняют в «табун» резвящихся и старающихся убежать с «пастбища» Жеребят, но за линию Лошадки не выходят. Волк ловит Жеребят, убегающих от «табуна» за пределы «пастбища». Пойманные Волком Жеребята выходят из игры и находятся в «логове».</p>                                                                                                                | <p><b>Волк и козлята</b></p> <p><i>(русская народная игра)</i></p> <p>На площадке проводят две линии, за которыми находятся «дом Волка» и «дом Козлят», между линиями — «поляна». Считалкой выбирают Волка, он идет в свой дом и «ложится спать». Козлята идут в свой «дом». Через некоторое время Козлята выходят на полянку и говорят:</p> <p>— Пока Волк спит, можно и погулять. Немного погуляв, Козлята спрашивают:</p> <p>— Волк, Волк, ты встаешь?</p> <p>Волк, потягиваясь, отвечает:</p> <p>— Нет еще, только правый глаз открыл...</p> <p>Козлята резвятся дальше. Постепенно Волк просыпается, неожиданно выскакивает из своего «логова» и начинает ловить Козлят. Игра заканчивается, когда Волк переловит всех Козлят. Самый ловкий Козленок, который остался последним, считается победителем и становится Волком в следующий раз.</p> |

## Волк и овцы

*(русская народная игра)*

Считалкой выбирают Волка, все остальные участники — Овцы. Они просят Волка пустить их в лес **погулять**:

— Разреши нам, Волк, погулять

**в** твоём лесу!

Волк отвечает:

— Гуляйте, гуляйте, да только трапу не шипите, а то мне спать будет не на чем.

Овцы сначала только гуляют **в** лесу, но вскоре начинают «щипать траву» и петь:

— Щиплем,  
щиплем травку,  
Зеленую муравку,  
Бабушке на  
рукавички,  
Дедушке на  
кафтанчик,  
Серому волку

Грязи на лопату!

Волк бежит по «поляне» и ловит Овец, пойманный становится Волком, и игра возобновляется.

## Волк и ягнята

*(бурятская народная игра)*

Выбирают Волка и Овцу, **остальные участники** — Ягнята. Волк сидит на дороге, по которой идет Овца с Ягнятами. Овца впереди, Ягнята позади, крепко держась друг за друга и за Овцу. Подходят к Волку. Овца спрашивает:

— Что ты здесь делаешь?

— Вас жду.

А зачем нас ждешь? — Чтобы всех вас съесть!

С этими словами он бросается на Ягнят, а Овца загораживает их. Волк может ловить только последнего Ягненка, отталкивать Овцу нельзя. Ягнята ловко следуют за движениями Овцы.

## Гуси

*(русская народная игра)*

На площадке чертят небольшой круг, в середине которого сидит Волк. Участники делятся на Гусей и Гусят. Гуси, взявшись за руки, образуют большой круг. Между кругом, где сидит Волк, и хороводом Гусей становятся в небольшой круг Гусята. Хороводы Гусей и Гусят идут в разные стороны и при этом ведут диалог:

—Гуси вы гуси!  
—Га-га-га, га-га-га!  
—Вы, серые гуси!  
—Га-га-га, га-га-га!  
—Где вы бывали?  
—Га-га-га, га-га-га!  
—Кого вы видали?  
—Га-га-га, га-га-га!

После этих слов выбегает Волк и старается поймать Гусенка. Гусята разбегаются и прячутся за стоящих в хороводе Гусей. Пойманного Гусенка Волк ведет в середину круга — в «логово». Гусята становятся в круг и отвечают:

Мы видали  
волка, Унес  
он гусенка,  
Да самого  
лучшего, Да  
самого  
большого.  
Гуси  
отвечают:  
Ах, гуси, вы  
гуси!  
Щипайте-  
ка волка,  
Спасайте  
гусенка!

Гуси машут «крыльями», с криком «га-га» бегают по кругу, донимают Волка. Пойманные Гусята в это время стараются улететь из круга, а Волк их не пускает. Игра заканчивается, когда все пойманные Гусята уходят от Волка.

## Гуси-лебеди

*(русская народная игра)*

В начале игры выбирают Волка и Хозяина, остальные участники — Гуси-лебеди. На одной стороне площадки чертят «дом», где живут Хозяин и Гуси, на другой — живет Волк. Хозяин выпускает Гусей погулять, «травки пощипать». Гуси уходят от «дома» довольно далеко. Через некоторое время Хозяин и Гуси перекликаются:

—Гуси-гуси!  
—Га-га-га.  
—Есть хотите?  
—Да, да, да.  
—Гуси-лебеди! Домой!  
—Серый волк под горой!  
—Что он там делает?  
—Рябчиков щиплет.  
—Ну, бегите же домой!  
—Серый волк  
за горой  
Не пускает нас  
домой!

Гуси бегут в «дом», Волк пытается их поймать. Пойманные Гуси выходят из игры. Игра кончается, когда ПОЧТИ все Гуси пойманы. Последний оставшийся Гусь, самый ловкий и быстрый, становится Волком.

*Правила игры.* Гуси должны «летать» по всей площадке. Волк может ловить их только после слов: «Ну, бегите же домой!»

## День и ночь

*(азербайджанская народная игра)*

На некотором расстоянии друг от друга проводятся две линии. У одной линии выстраиваются мальчики — команда «Ночь», у другой становятся девочки — команда «День». По команде водящего «ночь!» мальчики ловят девочек, по команде «день!» девочки ловят мальчиков. Пойманные переходят в команду соперника.

## Ежик и мыши

*(белорусская народная игра)*

Выбирают считалкой Ежика и водящего. Остальные участники делятся на детей и Мышей и становятся в круг. Ежик — в центре круга. По сигналу водящего все идут вправо, Еж — влево. Участники говорят:

Бежит ежик —  
тупу-туп, Весь  
колючий,  
острый зуб!  
Ежик, ежик, ты  
куда? Что с  
тобою за беда?

После этих слов все останавливаются. К Ежу подходит один из детей и говорит:

Ежик ножками туп-  
туп! Ежик глазками  
луп-луп! Слышит ежик  
— всюду тишь, Лишь  
скребется в листьях  
мышь!

Еж имитирует движения: осторожно ходит, прислушивается. Мыши в это время бегают вокруг. Ведущий говорит:

Беги, беги, ежик,  
Не жалея ножек,  
Ты лови себе мышей,

Не лови наших детей!

Мышки бегают по кругу, выбегая и за круг. Еж их ловит (*пятнает*). Игроки быстро приседают и опускают руки. Мышка поймана: она в мышеловке. Игра повторяется несколько раз.

## Золотые ворота

*(русская народная игра)*

Все участники делятся на две группы, в одной должно быть четное число человек. Они образуют пары, встают лицом к лицу и поднимают вверх руки, получаются «ворота». Участники второй группы берутся за руки, образуя цепочку.

Цепочка должна быстро пройти через «ворота». Участники-«ворота» громко проговаривают считалку:

Золотые ворота,  
Проходите,

## Здравствуй, догони! \*

*(игра народов Сибири)*

По краям площадки проводят линии — «дома». Игроки делятся на пары Хозяин — Гость и расходятся по своим «домам». Гость приходит к Хозяину, подает ему правую руку и говорит:

—Здр  
авству  
й!  
Хозяи  
н  
отвеча  
ет:  
—Здра

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>господа!<br/>Первый раз<br/>прощается,<br/>Второй раз<br/>запрещается, А<br/>на третий раз Не<br/>пропустим вас!</p> <p>С этими словами руки опускаются, «ворота» закрываются. Участники, которые оказались пойманными, становятся «воротами». Игра продолжается некоторое время.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p>вствуй<br/>!<br/>Гость<br/>говори<br/>т:<br/>—Догони!<br/>И бежит в свой «дом». Хозяин его догоняет. Дети по очереди ходят друг к другу в гости. Говорить «догони» надо у порога «дома» игрока-партнера. Выигрывает тот, кто догонит. В гости можно идти по-разному: важно, не торопясь, радостно, вприпрыжку, строевым шагом, как клоуны в цирке и т. д. Игра получается очень смешной.</p>                                                                                                                                                                                                                           |
| <p><b>Кот и мышка</b></p> <p><i>(литовская народная игра)</i></p> <p>Играют вдвоем. Один игрок — Кошка, а другой — Мышка. Кошка становится около одного конца скамейки, а Мышка — у противоположного. Кошка спрашивает Мышку, та отвечает:</p> <p>—Мышка, мышка, где была?<br/>—В кладовой.<br/>—Что там делала?<br/>—Масло ела.<br/>—А мне оставила?<br/>—Не оставила.<br/>—А где ложечки положила?<br/>—Под бочку сунула.<br/>—А куда кувшин поставила?<br/>—Шла по камешкам, напала злая собака — я уронила и раз била.<br/>—Тогда я буду тебя ловить.<br/>—Я убегу.</p> <p>Мышка старается убежать от Кошки. Если Кошка ее поймала, они меняются ролями. Если Кошка, пробежав несколько кругов вокруг скамейки, не может поймать Мышку, надо предложить им поменяться ролями и изменить направление бега.</p> | <p><b>Кошки-мышки</b></p> <p><i>(русская народная игра)</i></p> <p>Считалкой выбирают Кошку и Мышку (желательно, чтобы Кошкой был более сильный участник). Затем все остальные участники берутся за руки и образуют круг, внутри которого бегают Мышка. Кошка находится снаружи и пытается поймать Мышку, проникнув в круг. Остальные игроки ее не пускают. Она должна разорвать сцепленные руки и пробиться в круг. Кошка может также «поднырнуть» под руки или перепрыгнуть через них. После этого Мышка может выбраться наружу. Когда Кошка поймает Мышку, они становятся в круг и выбираются новые Кошка и Мышка.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;"><b>Пчелки и ласточки</b></p> <p style="text-align: center;"><i>(русская народная игра)</i></p> <p>Считалкой выбирают Ласточку и на возвышении отмечают небольшой круг — ее «гнездо». Остальные участники — Пчелы — «летают» по «поляне» и напевают:</p> <p style="text-align: center;">Пчелки летают,<br/>Медок собирают!<br/>Зум, зум, зум! Зум, зум, зум!</p> <p>Ласточка сидит в своем «гнезде» и слушает их песенку. По окончании песни Ласточка говорит:</p> <p style="text-align: center;">Ласточк<br/>а<br/>встанет,<br/>Пчелку<br/>поймает<br/>.</p> <p>После этого Ласточка вылетает из «гнезда» и ловит Пчел, которые «летают» по всей площадке. Пойманный играющий становится Ласточкой, игра повторяется.</p> | <p style="text-align: center;"><b>Серый волк</b> *</p> <p style="text-align: center;"><i>(татарская народная игра)</i></p> <p>На расстоянии 20-30 м одна от другой чертят две линии, за одной линией — «логово» Волка, за другой — «дом». Считалкой выбирают Серого Волка и водящего. Присев на корточки, Серый Волк прячется за одной чертой (в кустах или в густой траве). Остальные игроки находятся на противоположной стороне за другой чертой. По сигналу все идут «в лес собирать ягоды». Водящий спрашивает, а дети хором отвечают:</p> <p style="text-align: center;">—Куда вы спешите?<br/>—В дремучий лес.<br/>—Что вы делать там хотите?<br/>—Малины наберем.<br/>—Зачем малина?<br/>—Варенье варить.<br/>—А если встретите волка?<br/>—Волк нас не догонит.</p> <p>После этих слов Серый Волк выскакивает из укрытия и гонится за детьми, а они быстро убегают за черту — «домой». Пленников он уводит в «логово» — туда, где прятался сам. Выигрывает тот, кого Волк не поймает.</p> |
| <p style="text-align: center;"><b>Сокол и лиса</b></p> <p style="text-align: center;"><i>(якутская народная игра)</i></p> <p>Считалкой выбирают Сокола и Лису, остальные дети — Соколята. Сокол учит Соколят «летать»: бегают в разных направлениях и машет «крыльями». Соколята бегают за Соколом и точно повторяют его движения. Вдруг выскакивает из норы Лиса. Соколята быстро приседают на корточки, чтобы Лиса их не заметила. Лиса ловит только тех, кто не присел.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |