

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 22
имени Героя Советского Союза Г. Г. Шумейко пос. Кубань
муниципального образования Гулькевичский район

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Кубанские игровые традиции»**

4 класс

Составитель: Турбинова Е.Б.
учитель физической культуры
МБОУ СОШ № 22
им. Героя Советского Союза
Г.Г. Шумейко

2018

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;

- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Предметные результаты программы внеурочной деятельности:

- формирование первоначальных представлений о значении подвижных игр для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о их позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное);
- овладение умениями организовывать и проводить подвижные игры;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок во время подвижных игр.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является:

- физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие
- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;

- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся:

Должны знать:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

Должны уметь:

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;

- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности - «Подвижные игры» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 4 классы - 34 часа в год.

Основные направления реализации программы:

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
- организация и проведение разнообразных мероприятий оздоровительного характера;
- организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- организация и проведение подвижных игр, активное использование спортивных площадок;

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

Программа включает раздел:

Кубанские игровые традиции (34 ч.)

Тема 1 Здоровый образ жизни (1ч)

Тема 2 Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (1ч)

Тема 3 Личная гигиена (1ч)

Тема 4 Профилактика травматизма (2ч)

Тема 5 Нарушение осанки (1ч)

Тема 6 Кубанские игровые традиции (26ч)

4 класс
«Кубанские игровые традиции»

№	Тема	Кол – во часов	Теоретическое занятие	Практические занятия
1	Здоровый образ жизни	1	1	
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1		1
3	Личная гигиена	1	1	
4	Профилактика травматизма	1	1	
5	Нарушение осанки	1		1
6	«Передай подкову»	1		1
7	«Сбей шапку»	1		1
8	«Плетень»	1		1
9	«Напои лошадку»	1		1
10	«Кубанка – шапка казака»	1		1
11	«Тяни в круг»	1		1
12	«Петух» («Сон казака»)	1		1
13	«Камешки»	1		1
14	«Перетяжки»	1		1
15	«Золотые ворота»	1		1
16	«Разбей кувшин»	1		1
17	«Лихие наездники»	1		1
18	«Брыль»	1		1
19	«Конники»	1		1
20	«Путы»	1		1
21	«Сторожевые»	1		1
22	«Лунки».	1		1
23	«Не замай (не тронь меня)»	1		1
24	«Достань платок»	1		1
25	«Подсолнухи»	1		1
26	«Тополек»	1		1
27	«Птицелов»	1		1
28	«Малечена – Калечена»	1		1
29	«Побег»	1		1
30	«Защити курень»	1		1
31	«Змейка»	1		1
32	«Хваталки»	1		1
33	«Чур у дерева»	1		1
34	«Кривой петух»	1		1

Раздел	Кол - во часов	Темы	Кол - во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
<i>Кубанские игровые традиции</i>	34	Здоровый образ жизни	1	<p>Раскрывают понятие «здоровый образ жизни» и анализируют положительное влияние его компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека.</p> <p>Определяют признаки положительного влияния здорового образа жизни на успехи в учёбе</p>
		Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1	<p>Узнают правила проведения закаливающих процедур. Анализируют правила безопасности при проведении закаливающих процедур.</p> <p>Дают оценку своему уровню закалённости с помощью тестового задания «Проверь себя».</p> <p>Объясняют важность занятий физическими упражнениями для укрепления сердца</p>
		Личная гигиена	1	<p>Дают оценку своему уровню личной гигиены с помощью тестового задания «Проверь себя»</p>
		Профилактика травматизма	1	<p>Соблюдают правила безопасности</p>

		Нарушение осанки	1	Анализируют советы, как беречь осанку
		«Передай подкову»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Используют действия подвижных игр для развития координационных способностей и физических качеств
		«Сбей шапку»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности. Закрепляют в играх изучаемые навыки.
		«Плетень»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство
		«Напои лошадку»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Используют действия подвижных игр для развития координационных способностей и физических качеств

		«Кубанка – шапка казака»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности. Закрепляют в играх изучаемые навыки.
		«Тяни в круг»	1	Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности. Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.
		«Петух» («Сон казака»)	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности. Используют действия подвижных игр для развития координационных способностей и физических качеств
		«Камешки»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Закрепляют в играх изучаемые навыки.
		«Перетяжки»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство
		«Золотые ворота»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство

		«Разбей кувшин»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.</p> <p>Используют действия подвижных игр для развития координационных способностей и физических качеств</p>
		«Лихие наездники»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности.</p> <p>Закрепляют в играх изучаемые навыки.</p>
		«Брыль»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.</p> <p>Используют действия подвижных игр для развития координационных способностей и физических качеств</p>
		«Конники»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности.</p> <p>Закрепляют в играх изучаемые навыки.</p>
		«Путы»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство</p>

		«Сторожевые»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.</p> <p>Используют действия подвижных игр для развития координационных способностей и физических качеств</p>
		«Лунки».	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности.</p> <p>Закрепляют в играх изучаемые навыки.</p>
		«Не замай (не тронь меня)»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.</p> <p>Используют действия подвижных игр для развития координационных способностей и физических качеств</p>
		«Достань платок»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности.</p> <p>Закрепляют в играх изучаемые навыки.</p>
		«Подсолнухи»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство</p>

	«Тополек»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.</p> <p>Используют действия подвижных игр для развития координационных способностей и физических качеств</p>
	«Птицелов»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности.</p> <p>Закрепляют в играх изучаемые навыки.</p>
	«Малечена – Калечена»	1	<p>Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности.</p> <p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p>
	«Побег»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности.</p> <p>Используют действия подвижных игр для развития координационных способностей и физических качеств</p>
	«Защити курень»	1	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.</p> <p>Закрепляют в играх изучаемые навыки.</p>

		«Змейка»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство
		«Хваталки»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство
		«Чур у дерева»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Используют действия подвижных игр для развития координационных способностей и физических качеств
		«Кривой петух»	1	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками во время совместной игровой деятельности. Закрепляют в играх изучаемые навыки.

Приложение
«Кубанские игровые традиции»
«Передай подкову»

На Кубани есть поверье старинное: *«Кто найдет подкову, тому она счастье принесет»*. Звучит музыка, дети стоят в круге и под музыку передают подкову друг другу. Как только музыка замолкает, тот у кого осталась подкова в руках, выходит в круг и танцует.

«Сбей Шапку»

Под музыку мальчики скачут, имитируя езду на коне по кругу, друг за другом. С окончанием музыки должны быстро сбить шапку с помощью шашки. Выигрывает тот, кому это удастся, тогда он приглашает казачку на танец и они пляшут. Затем игра повторяется.

«Плеть»

Играющие стоят шеренгами у четырех стен комнаты, взявшись за руки крест-накрест. Дети первой шеренги подходят к стоящим напротив и кланяются. Отходят спиной на свое место. Движение повторяют дети второй, третьей и четвертой шеренги. По сигналу (*свисток*) играющие расходятся по всей комнате, выполняя определенные движения под звуки бубна (*подскоки, легкий бег, галоп и т.д.*). По следующему сигналу свистка или остановке бубна все бегут на свои места и строятся шеренгами, соответственно взявшись за руки крест-накрест. Выигрывает та шеренга, которая первая построится.

«Напои лошадку»

Ребенок становится за линию на расстоянии 2-3 м от игрушечной лошадки. Воспитатель дает ему в руки ведро и завязывает глаза. Малыш должен подойти и напоить ее /подвести ведро к морде лошади.

«Кубанка – шапка казака»

Ребята делятся на равные две команды. Играющие, по команде подбрасывают вверх шапку-кубанку. Надо попробовать ее во время падения одеть на голову или палку. Побеждает та команда, которая меньше уронит кубанок.

«Тяни в круг»

Участники становятся в круг и берутся за руки. Перед носками их ног (*в 100см от них*) чертится круг. Внутри этого круга чертится второй круг меньшего диаметра (*50-60см*). Пространство между внутренним и наружным кругом считается запретной зоной.

По сигналу ведущего игроки идут по кругу вправо или влево. По свистку шли по команде **«тяни»** каждый игрок старается втянуть за черту большого круга своего соседа, находящегося справа или слева от него. Однако сам он может также в любой момент оказаться за этой чертой. Поэтому, спасаясь. Игрок может перешагнуть через запрещенное пространство или перепрыгнуть через него, чтобы попасть одной рукой (ногой) или двумя ногами в меньшей круг. Это остров спасения, и вступивший внутрь этого круга не считается нарушившим правило.

Игрок, вступивший хотя бы одной ногой в пространство между большим и малым кругом, выбывает из игры. Та же участь постигает и тех игроков, которые расцепят руки.

Когда играющих станет меньше, и они не смогут окружить черту большого круга, все становятся перед чертой малого круга, и тогда игра продолжается. Здесь уже **«острова безопасности»** нет, и каждый заступивший за черту круга выбывает из игры.

«Петух» («Сон казака»)

Из играющих выбирается *«казак»*, который становится в середине круга. *«Казак»* завязывают глаза, или он закрывает их сам. Дети двигаются по кругу со словами:

Кто с утра чертей гоняет,
Песни звонкие спивает,
Спать мешает казаку
И кричит *«Ку-ка-ре-ку»*?

Один из стоящих в кругу, кричит по-петушиному, стараясь изменить голос. Казак, открыв глаза, старается угадать, кто кричал. Если ему это удастся, — забирает кричащего в середину круга. Игра продолжается:

Все коровы во дворе
Размычались на заре.
Не понятно никому,
Почему *«Му-Му, Му-Му»*.

Стоящий в кругу мычить, изображая корову. Казак угадывает его и забирает к себе в круг. Игра продолжается:

Вот казак заснул опять,
Но не долго ему спать.
Утка уточек не зря
Учит крякать *«кря-кря-кря»*.

Действие повторяется – казак забирает *«утку»*.

Надоело казаку
«кря-кря-кря» с *«Ку-ка-ре-ку»*.

- Я не лягу больше спать
Вас я буду догонять!

По окончании слов дети, образующие хоровод, поднимают руки – *«воротники»*, а казак догоняет тех детей, которых он забирал в круг.

«Камешки»

Для игры нужно 5 небольших более или менее круглых камешков такой величины, чтобы все они уместились в ладони.

Дети, желающие играть. В порядке очередности легким броском рассыпают эти камушки, потом, выбрав один из них, подбрасывают его вверх и в то время, пока он летит вверх и спускается вниз, быстро берут одной рукой камешек и ловят в эту же руку тот, который опускается. Затем, отложив один камешек в сторону, снова бросают оставшийся в руке камушек вверх и берут со стола по одному камешку остальные. Затем камешки раскладывают по 2 штуки и, подбросив один вверх, и берут уже каждый раз по два камешка. После этого ребенок раскладывает камешки так: три вместе и один в стороне. Снова бросает камешек вверх и, пока он летит, берет рукой один камешек, откладывает его, снова бросает находящийся на руке камешек и берет уже три камешка. Наконец он кладет все 4 камешка вместе, бросает пятый вверх и в это время захватывает все 4 камешка. Если ребенок роняет камешек или не успевает захватить лежащие на столе, игра

передается следующему, который начинает игру с той фигуры, на которой он останавливается. Выигрывает тот, кто первый выполнит последнюю фигуру.

«Перетяжки»

Участники делятся на две команды и становятся на крайних линиях лицом друг к другу. Затем они сходятся на средней черте и, не поворачиваясь, выстраиваются в одну шеренгу так, что каждый играющий одной команды занимает место между двумя играющими другой команды.

Участники игры берут друг друга за руки. По сигналу начинают *«перетяжки»*. Каждая команда старается перетянуть всех противников за ту крайнюю черту, где они раньше стояли. Побеждает команда, которой удастся это сделать.

Если во время *«перетяжки»* цепь разорвется, то два человека, допустившие разрыв, выходят из игры.

«Золотые ворота»

Играющие, берутся за руки, образуя круг. В центре его встают двое играющих, берутся за руки и поднимают их вверх – делают *«золотые ворота»*. Рядом с *«воротами»* втыкают ветку.

Один из участников игры – водящий. Он проходит через *«золотые ворота»*, подходит к кругу и ребром ладони разрывает руки одной из стоящих там пар. При этом все говорят:

В золотые ворота проходите господа:

В первый раз – прощается,

Второй – запрещается,

А на третий раз не пропустим вас!

Играющие, руки которых разъединил ведущий, бегут в стороны по кругу к воткнутой в его центре ветке. Первый, выдернувший ветку, идет в *«золотые ворота»*, а проигравший встает в пару с водящим в круг.

«Разбей кувшин»

Ведущий кладет колесо в центре игровой площадки. На палку, вставленную в спицу колеса, надевается глиняный кувшин. Можно заменить кувшин воздушным шариком, картонной коробкой и др. игрок берет в руки палку, отходит от кувшина на 5-6 шагов. Ему завязывают глаза. Делает несколько оборотов вокруг себя на месте, а затем направляется к кувшину, чтобы его разбить.

«Лихие наездники»

Оборудование: две детские лошадки и 12 резиновых колец.

Игра – шутка, в которой участвуют 6-12 человек. Участники делятся на две команды и становятся лицом друг к другу на расстоянии 6-8 шагов. На линии старта, между шеренгами команд, устанавливают коней, к ним привязывают шнур длиной 6-7 метров. Шнур от тележки каждой лошадки идет к катушке, которую держит *«жокей»* на линии финиша.

Остальным участникам раздают равное количество колец разного цвета- каждой команде свой цвет. По сигналу ведущего участники быстро ведут своих коней к финишу. Стоящие в шеренгах должны суметь набросить свои кольца на шею коня противника. Побеждает команда, приведшая к финишу своего коня и набросившая наибольшее количество колец.

«Брыль»

(Соломенная шляпа с широкими полями)

Игроки сидят по кругу. В центре круга на расстоянии 5-6 см от края начерчен еще один круг. По команде ведущего: *«солнце»*, - все руками закрывают глаза, одному из игроков ведущий надевает на голову брыль и сразу говорит: *«тень»*. Все открывают глаза. Тот, у кого брыль на голове, по этой команде бежит к центру круга. Остальные игроки не должны пускать его во внутренний круг. Если забежал в круг, он становится ведущим, если не успел - выходит из игры.

«Конники»

Игроки – *«конники»* верхом на палках наперегонки устремляются от старта по свистку *«атамана»* к плетню, который надо преодолевать с помощью палки, пользуясь ее как шестом. Затем перепрыгивают водное препятствие *«на коне»*, не замочив своих ног и *«коня»*, достать палкой с шеста кубанку. Победит тот, кто успешно достигнет цели.

«Путь»

Ноги завязываются платком или веревкой, примерно так же, как спутываются ноги у лошади. И так играющие прыгают до назначенного места. Кто первым прискакал, тот и выиграл.

«Сторожевые»

На площадке выкапывают круглую яму – центральную лунку, а вокруг на расстоянии 5-6 м от центральной лунки маленькие ямки – *«Лунки»*.

В игре принимают участие 8-10 человек - *«сторожевые и один нападающий»*. *«сторожевые»* с палками выстраиваются по кругу возле каждой лунки. Находящийся находится за кругом с палкой и резиновым мячом. Его задача загнать мяч в центральную лунку. Задача сторожевых этот мяч не упускать.

Дается 3-5 попыток. Сторожевые отбивают мяч подальше от центральной лунки. При последней попытке нападающий может занять любую свободную лунку. Тот, чья лунка захвачена становится нападающим.

«Не замай (не тронь меня)»

В игре принимают участие 10-15 человек. Все участники игры, кроме двух водящих, разбегаются по площадке. Водящие держат один другого за руки. Они стараются поймать кого-либо из играющих. Игроки, убегая, кричат: *«Не замай!»*

Пойманным считается тот, вокруг кого ведущие сомкнули руки, тогда этот игрок присоединяется к водящим. Теперь ловят трое, образовав одну цепь. Так цепь водящих постепенно увеличивается. Когда все играющие окажутся в одной цепи, игра заканчивается.

«Достань платок»

Играющие ходят по кругу, выполняя любые танцевальные движения. В центре круга стоит водящий с шестом в руке, на конце которого – платок. По сигналу воспитателя или по окончании музыки нужно подпрыгнуть и достать платок. Кому это удастся, тот и победитель, который становится водящим. Игра продолжается.

«Подсолнухи»

Игроки стоят в несколько рядов - это *«подсолнухи»*. Один *«земледелец»* стоит в стороне и запоминает порядок расположения *«подсолнухов»*. По команде ведущего: *«Солнышко!»*, *«земледелец»* уходит. Два *«подсолнуха»* меняются местами. К началу

считалки «земледелец» появляется перед «подсолнухами» и до конца считалки должен определить перемещение. Во время считалки «солнышко» ходит по кругу, а «подсолнухи» постоянно поворачиваются лицом к нему.

Считалка: Солнце: Солнце светит!

Все: Дождь идет!

Солнце: Семечко!

Все: Растет! Растет!

Солнце: К солнцу тянется росток!

Все: Тонкий, тонкий стебелек!

Солнце: Небосвод весь обегая,

Все: Солнце светит не мигая.

Солнце: Земледелец, не зевай,

Все: Перемены отгадай!

«Тополек»

В игре участвуют: ведущий- «тополь», игроки- «пушинки», 3 игрока- «ветры».

В центре площадки в кругу диаметром 2 м стоит ведущий «тополь», вокруг него кругами «пушинки» за кругом на любом расстоянии.

Ведущий: На Кубани пришла весна,

Распушила тополя!

Тополиный пух кружится,

Но на землю не ложится.

Дуйте, ветры, с кручи

Сильные, могучие!

После этих слов налетают «ветры» и «уносят», т.е. ловят «пушинки». «Пушинки» устремляются в круг к тополю. За чертой они недостижимы. Пойманные «пушинки» становятся «ветрами».

Выигрывают те, кто остается около тополя.

«Птицелов»

Играющие выбирают себе названия птиц, крику которых они могут подражать. Встают в круг, в центре которого – птицелов с завязанными глазами. Птицы ходят, кружатся вокруг птицелова и произносят нараспев:

В лесу, во лесочке,

На зеленом дубочке

Птицы песни поют.

Ай! Птицелов идет!

Он в неволю нас зовет.

Птицы, улетайте!

Птицелов хлопает в ладоши, играющие останавливаются на месте, и водящий начинает искать птиц. Тот, кого он нашел, подражает крику птиц, которую он себе выбрал. Птицелов угадывает название птицы и имя игрока.

Угаданная птица становится птицеловом.

«Малечена – Калечена»

Играющие выбирают ведущего. Каждый игрок берет в руки небольшую палочку длиной 20-30 см. все произносят такие слова:

Малена – Калена,

Сколько часов осталось.

До вечера,

До зимнего?

После слов **«до зимнего»** дети ставят палочку на ладонь или любой палец правой или левой руки. Как только дети поставят палочки, ведущий считает: **«Раз, два, три... десять!»**. Выигрывает тот, кто дольше продержит палочку. Ведущий может давать дополнительные задания: походить, присесть, поворачиваться направо, налево, вокруг себя. Детям желательно разойтись по всей площадке и встать как можно дальше друг от друга, чтобы удобнее было держать равновесие для палочки.

«Побег»

Играющие (*10 и более*) образуют круг, крепко взявшись за руки. Один игрок перемещается внутри, а другой вне круга. Тот, кто стоит внутри, пытается убежать, а сделать это сложно по-разному или перепрыгнуть через руки, или проскочить под руками, или же просто разорвать цепь.

Находящийся вне круга держит его сторону и всячески помогает ему. Если игроку удастся убежать, то водить идет пара, виновная в его победе.

«Защити курень»

Подгруппа детей стоят вокруг импровизированного куреня на расстоянии 1, 5-2м, водящий в центре куреня, у него шашка. У каждого ребенка кольцо из полых резиновых трубок. По команде воспитателя **«В курень попади!»**, дети быстро поочередно бросают кольца, стараясь попасть в курень.

«Змейка»

Дети садятся на коленки или на землю один за другим, но на небольшом расстоянии. Самый крайний прыгает через остальных, а последний сам садится на другом конце. И так один за другим.

«Хваталки»

Игроки должны выстроиться двумя шеренгами, одна против другой на расстоянии 50-60 шагов. Между ними проводится черта на земле. В соответствии с количеством игроков по всей длине черты раскладываются какие-нибудь предметы: камушки, палочки и др.

По команде **«Раз, два, три!»** игроки бегут к предметам, стараясь захватить их как можно больше.

Та команда, которая захватила больше предметов, выигрывает. Игра заканчивается либо по соглашению, либо если набрало нужное количество очков.

«Чур у дерева»

Играли обычно в саду или там, где росло хотя бы несколько деревьев. Число играющих зависело от количества деревьев. Все, кроме водящего, становились каждый у своего дерева, водящий же – в середину между деревьями.

Стоящие у деревьев начинали перебегать от дерева к дереву, в это время водящий должен успеть осалить бегущего, пока тот не подбежал к дереву и не выкрикнул: «*Чур у дерева!*».

Осаленный меняется местом с водящим.

«Кривой петух»

Дети стоят по кругу. Одни – в центре.

Дети:

- Кривой петух на чем стоишь?
- На иголочках
- А как тебе, не колко?
- На подковочках

Дети идут по кругу и поют:

«Ступай в кут, там блины пекут,
Там блины пекут, тебе блин дадут»
Ребенок стучит об пол (*3 раза*)

Дети: «А кто там?»

- Это я Тарас
 - Лови нас, не отрывая глаз
- Кого поймал должен угадать.

Список литературы

1. ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009. – 123с
2. Демчишин А. А., Мухин В. Н., Мозола Р. С. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков. - К., 20014. - 168 с.
3. Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Физическое упражнения и подвижные игры. Метод. пособие. - М., 2012 - 151 с.
4. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие. - М., 2013. - 368 с.
5. Лучшие подвижные и логические игры для детей от 5 до 10 лет: Е.А. Бойко - Москва, 2014 г - 256 с.
6. Лундина, Л.И. Нравственно-ориентированное обучение на уроках физической культуры и во внеклассной работе / Л.И. Лундина [Электронный ресурс].
7. Подвижные игры для школьников: Любовь Фатеева - Москва, Академия Развития, 2015 г. - 192 с.
8. Подвижные игры: 1 - 4 классы. / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2014 г. - 132с
9. Подвижные игры на каждый день для укрепления здоровья детей: С. В. Силантьева - Санкт-Петербург, Литера, 2012 - 64 с.
10. Подвижные игры. Практический материал. Учебное пособие: Л. В. Былеева, И. М. Коросков, Р. В. Климкова, Е. В. Кузьмичева - Санкт-Петербург, Дивизион, 2014 г. - 288 с.
11. Подвижные игры. Учебник: Л. В. Былеева, И. М. Коротков, Р. В. Климкова, Е. В. Кузьмичева - Санкт-Петербург, Физическая культура, 2011г.- 288 с.
12. Психология младшего подростка Автор: В. Н. Егорова Издательство: Вузовская книга. - 2008 г.
13. Сухомлинский, В.А. О воспитании / В.А. Сухомлинский. - М.: Школьная пресса, 2013.