

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

ЧОУ «Школа «Таурас»

РАССМОТРЕНО

Зам.директора по УВР



Вольф Н.А.

Протокол №1 от «29»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УВР




Вольф Н.А.

Приказ №1 от «30» августа
2023 г.

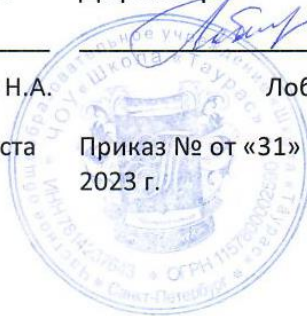
УТВЕРЖДЕНО

Директор



Лобанов А.А.

Приказ № от «31» августа
2023 г.



ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Народные игры»
для 1- 3 классов

Составитель:

Касьянов Д.В.,
учитель физической культуры

Санкт-Петербург
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовые документы

Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- приказа Минпросвещения России от 16.11.2022 № 992 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (далее – ФОП НОО);
- приказа Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (далее – ФГОС НОО третьего поколения);
- Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (далее – СанПин 2.4.3648-20);
- СанПин 1.2.3685-21;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- Календарный учебный график ЧОУ «Школа «Таурас» на 2023-2024 учебный год
- Учебный план ЧОУ «Школа «Таурас» на 2023-2024 учебный год;
- Основной образовательной программы ЧОУ «Школа «Таурас»;
- Положения о разработке и утверждении рабочих программ учебных предметов, курсов ЧОУ «Школа «Таурас».

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости обучающихся, 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 обучающихся, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

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

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 коррекционно-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 или продолжали 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.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «НАРОДНЫЕ ИГРЫ»

Программа курса внеурочной деятельности «Народные игры» входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В кладовую подвижных игр вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А также интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Ценностными ориентирами содержания данного курса внеурочной деятельности являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в процессе свободного общения на занятиях.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «НАРОДНЫЕ ИГРЫ»

Приоритетная цель курса внеурочной деятельности:

- приобщение учащихся к народным традициям, обычаям, играм.
- формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны и культуре других стран;

- содействие укреплению и сохранению здоровья младших школьников;
- создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств: любви и преданности к Родине.

Достижение цели изучения курса внеурочной деятельности определяется решением следующих задач:

- расширять представления учащихся о культуре русского народа и народов России;
- дать детям представление о народных играх;
- познакомить учащихся с народными традициями, обычаями;
- формировать у детей интерес к истории и народному творчеству;
- развивать эстетическое и нравственное восприятие мира; прививать интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитывать культуру общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной игровой и соревновательной деятельности;
- способствовать функциональному развитию организма школьника, развитию его всех физических качеств.

Учебный курс предназначен для обучающихся 1–3-х классов; рассчитан на 1 час в неделю/ 33 часа в год в 1 классе, 34 часа в год 2 – 3 классах, продолжительность занятия 35-40 минут. Содержание курса отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Народная игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку находчивость, волю, стремление к победе.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У обучающихся формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Формы проведения занятий:

- рассказ
- беседа
- практическое занятие
- игровое занятие
- игра-путешествие
- праздник

Формы учета достижений учащихся: активность участия в праздниках, играх.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В результате обучений ученики должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности.

Личностными результатами в работе курса «Народные игры» у учащихся будут следующие:

Учащиеся смогут:

- самостоятельно подбирать и проводить игры с товарищами в свободное время;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметными результатами изучения курса являются формирование следующих универсальных учебных действий.

Регулятивные УУД:

Учащиеся смогут научиться:

- организовывать собственную деятельность, с учетом требований ее безопасности, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- работать по предложенному педагогом плану;
- проговаривать последовательность действий на занятии;
- отличать верно выполненное задание от неверного;
- совместно с учителем и другими ребятами давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии и деятельности всего класса;
- оценивать результаты своей работы;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Познавательные УУД:

Учащиеся научатся:

- 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:

Учащиеся научатся:

- формировать умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- формировать умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности
(1класс)

№ п/п	Тема занятия	Форма	Количество часов	Дата проведения занятия	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Вводное занятие. Русские народные игры. Какие бывают игры. Правила игр. Как выбирают вожака, что такое жребий.	Рассказ	1		Коллекция презентаций Презентации по запросу
2	Правила игр. Как выбирают вожака, водящего. Назначение считалки. Что такое жребий.	Беседа	1		«народные игры» (pptcloud.ru) Презентации по запросу
3	Разучивание считалок: «Ехал мужик по дороге», «Шел баран по крутым горам», «Заяц белый, куда бегал?»	Практическое занятие	1		«подвижные русские народные игры» (pptcloud.ru)
4	Разучивание игры «Кошка-мышка»	Практическое занятие	1		Коллекция музыки для уроков и занятий спортом 1-4 класс
5	Ознакомление с особенностями русских народных игр. Проведение и разучивание игры: «Гуси – гуси»	Рассказ, практическое занятие	1		Музыка Для Подвижных Игр слушать и скачать на LightAudio (ligaudio.ru)
6	Совершенствование разученной русской народной игры «Гуси – гуси»	Практическое занятие	1		
7	Разучивание и проведение русской народной игры «У медведя во бору»	Рассказ, практическое занятие	1		
8	Совершенствование разученной русской народной игры «У медведя во бору»	Практическое занятие	1		

9	Закрепление разученных русских народных игр	Практическое занятие	1	
10	Разучивание и проведение русской народной игры «Филин и пташки»	Рассказ, практическое занятие	1	
11	Совершенствование разученной русской народной игры «Филин и пташки»	Практическое занятие	1	
12	Разучивание и проведение русской народной игры «Игровая»	Рассказ, практическое занятие	1	
13	Совершенствование разученной русской народной игры «Игровая»	Практическое занятие	1	
14	Закрепление разученных русских народных игр.	Практическое занятие	1	
15	Разучивание и проведение русской народной игры «Колпачок и палочка»	Рассказ, практическое занятие	1	
16	Совершенствование разученной русской народной игры «Колпачок и палочка»	Практическое занятие	1	
17	Разучивание и проведение русской народной игры «Ручеёк»	Рассказ, практическое занятие	1	
18	Совершенствование разученной русской народной игры «Ручеёк»	Практическое занятие	1	
19	Закрепление разученных русских народных игр	Практическое занятие	1	
20	Разучивание и проведение русской народной игры «Третий лишний»	Рассказ, практическое занятие	1	
21	Совершенствование разученной русской народной игры «Третий лишний»	Практическое занятие	1	
22	Разучивание и проведение русской народной игры «Волк во рву»	Рассказ, практическое занятие	1	
23	Совершенствование разученной русской народной игры «Волк во рву»	Практическое занятие	1	
24	Закрепление разученных русских народных игр	Практическое занятие	1	

25	Разучивание и проведение русской народной игры «Птицелов»	Рассказ, практическое занятие	1		
26	Совершенствование разученной русской народной игры «Птицелов»	Практическое занятие	1		
27	Разучивание и проведение русской народной игры «Горелки»	Рассказ, практическое занятие	1		
28	Совершенствование разученной русской народной игры «Горелки»	Практическое занятие	1		
29	Закрепление разученных русских народных игр	Практическое занятие	1		
30	Разучивание и проведение русской народной игры «Дедушко - медведушко»	Рассказ, практическое занятие	1		
31	Совершенствование разученной русской народной игры «Дедушко - медведушко»	Практическое занятие	1		
32	Закрепление разученных русских народных игр	Практическое занятие	1		
33	Игра-путешествие «В народную мудрость»	Игра-путешествие	1		
	Итого за учебный год		33		

Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности
(2 класс)

№ п/п	Тема занятия	Форма	Количество часов	Дата проведения занятия	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Вспоминаем и играем в разученные игры	Практическое занятие	1		Коллекция презентаций
2	Разучивание и проведение русской народной игры «Салка на одной ноге»	Рассказ, практическое занятие	1		Презентации по запросу «народные игры» (pptcloud.ru)
3	Совершенствование разученной русской народной игры «Салка на одной ноге»	Практическое занятие	1		Презентации по запросу «подвижные русские народные игры» (pptcloud.ru)
4	Разучивание и проведение мордовской народной игры «Раю – раю»	Рассказ, практическое занятие	1		

5	Совершенствование разученной мордовской народной игры: «Раю – раю»	Рассказ, практическое занятие	1		Коллекция музыки для уроков и занятий спортом 1-4 класс Музыка Для Подвижных Игр слушать и скачать на LightAudio (ligaudio.ru)
6	Закрепление разученных народных игр	Практическое занятие	1		
7	Разучивание и проведение татарской народной игры: «Угадай и догони»	Рассказ, практическое занятие	1		
8	Совершенствование разученной татарской народной игры «Угадай и догони»	Рассказ, практическое занятие	1		
9	Разучивание и проведение русской народной игры «Змейка»	Рассказ, практическое занятие	1		
10	Совершенствование разученной русской народной игры «Змейка»	Практическое занятие	1		
11	Закрепление разученных народных игр	Практическое занятие	1		
12	Разучивание и проведение русской народной игры «Цепи кованы»	Рассказ, практическое занятие	1		
13	Совершенствование разученной русской народной игры «Цепи кованы»	Практическое занятие	1		
14	Разучивание и проведение белорусской народной игры «Охотники и утки»	Рассказ, практическое занятие	1		
15	Совершенствование разученной белорусской народной игры «Охотники и утки»	Практическое занятие	1		
16	Закрепление разученных народных игр	Практическое занятие	1		

17	Разучивание и проведение белорусской народной игры «Посадка картошки»	Рассказ, практическое занятие	1		
18	Совершенствование разученной белорусской народной игры «Посадка картошки»	Практическое занятие	1		
19	Разучивание и проведение латышской народной игры «Птица без гнезда»	Рассказ, практическое занятие	1		
20	Совершенствование разученной латышской народной игры «Птица без гнезда»	Практическое занятие	1		
21	Закрепление разученных народных игр	Практическое занятие	1		
22	Разучивание и проведение азербайджанской народной игры «Вытащи платок»	Рассказ, практическое занятие	1		
23	Совершенствование разученной азербайджанской народной игры «Вытащи платок»	Практическое занятие	1		
24	Разучивание и проведение народной игры «Перепёлочка»	Рассказ, практическое занятие	1		
25	Совершенствование разученной народной игры «Перепёлочка»	Практическое занятие	1		
26	Закрепление разученных народных игр	Практическое занятие	1		
27	Разучивание и проведение башкирской народной игры «Палка- кидалка»	Рассказ, практическое занятие	1		
28	Совершенствование разученной башкирской народной игры «Палка - кидалка»	Практическое занятие	1		
29	Разучивание и проведение бурятской народной	Рассказ, практическое занятие	1		

	игры «Иголка, нитка, узелок»				
30	Совершенствование разученной бурятской народной игры «Иголка, нитка, узелок»	Практическое занятие	1		
31	Закрепление разученных народных игр	Практическое занятие	1		
32	Разучивание и проведение якутской народной игры «Соколиный бой»	Рассказ, практическое занятие	1		
33	Совершенствование разученной якутской народной игры «Соколиный бой»	Практическое занятие	1		
34	Фольклорный праздник «Ваша детская игра завтра станет былью»	Праздник, игровое занятие	1		
	Итого за учебный год		34		

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности
(3 класс)**

№ п/п	Тема занятия	Форма	Количество часов	Дата проведения занятия	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Вспоминаем и играем в разученные игры	Беседа, практическое занятие	1		Коллекция презентаций
2	Разучивание и проведение дагестанской народной игры «Слепой медведь»	Рассказ, практическое занятие	1		Презентации по запросу «народные игры» (pptcloud.ru)
3	Совершенствование разученной дагестанской народной игры «Слепой медведь»	Рассказ, практическое занятие	1		Презентации по запросу «подвижные русские народные игры» (pptcloud.ru)
4	Разучивание и проведение осетинской народной игры «Метание с плеча»	Рассказ, практическое занятие	1		Коллекция музыки для уроков и
5	Совершенствование разученной осетинской народной игры «Метание с плеча»	Рассказ, практическое занятие	1		

6	Закрепление разученных народных игр	Практическое занятие	1		занятий спортом 1-4 класс Музыка Для Подвижных Игр слушать и скачать на LightAudio (ligaudio.ru)
7	Разучивание и проведение чувашской народной игры «Хищник в море»	Рассказ, практическое занятие	1		
8	Совершенствование разученной чувашской народной игры «Хищник в море»	Практическое занятие	1		
9	Разучивание и проведение игр народов Сибири и Дальнего Востока: «Смелые ребята» «Отбивка оленей»	Рассказ, практическое занятие	1		
10	Совершенствование разученных игр народов Сибири и Дальнего Востока: «Смелые ребята», «Отбивка оленей»	Практическое занятие	1		
11	Закрепление разученных народных игр	Практическое занятие	1		
12	Разучивание и проведение белорусской народной игры: «Хлоп, хлоп, убегай!».	Рассказ, практическое занятие	1		
13	Совершенствование разученной белорусской народной игры: «Хлоп, хлоп, убегай!».	Практическое занятие	1		
14	Разучивание и проведение белорусской народной игры «Жмурки»	Рассказ, практическое занятие	1		
15	Совершенствование разученной белорусской народной игры «Жмурки»	Практическое занятие	1		
16	Закрепление разученных народных игр	Практическое занятие	1		

17	Разучивание и проведение узбекской народной игры «Оксак – карга»	Практическое занятие	1	
18	Совершенствование разученной узбекской народной игрой «Оксак – карга»	Практическое занятие	1	
19	Разучивание и проведение туркменской народной игры «Ягульга – таусмак»	Рассказ, практическое занятие	1	
20	Совершенствование разученной туркменской народной игры «Ягульга – таусмак».	практическое занятие	1	
21	Закрепление разученных народных игр	практическое занятие	1	
22	Разучивание и проведение армянской народной игры «Статуя»	Рассказ, практическое занятие	1	
23	Совершенствование разученной армянской народной игры «Статуя»	практическое занятие	1	
24	Разучивание и проведение народной игры «Хромая уточка»	Рассказ, практическое занятие	1	
25	Совершенствование разученной народной игры «Хромая уточка»	практическое занятие	1	
26	Закрепление разученных народных игр		1	
27	Разучивание и проведение народной игры «Командные прятки», «Кватч»	практическое занятие	1	
28	Совершенствование разученных игр: «Командные прятки», «Кватч»	Рассказ, практическое занятие	1	
29	Разучивание и проведение русской народной игры «Палочка – выручалочка»	практическое занятие	1	

30	Совершенствование разученной русской народной игры «Палочка – выручалочка»	практическое занятие	1		
31	Закрепление разученных народных игр	Практическое занятие	1		
32	Разучивание и проведение татарской народной игры "Займи место"	Рассказ, практическое занятие	1		
33	Совершенствование разученной татарской народной игры «Займи место»	практическое занятие	1		
34	Фольклорный праздник «Ярмарка народных игр»	Праздник, игровое занятие	1		
	Итого за учебный год		34		

Электронные цифровые образовательные ресурсы возможные для использования на уроках определены перечнем образовательных платформ на цифровом образовательном контенте ЦОК ЦОК (educont.ru):

- <https://media.prosv.ru/content/item/8219/>
- <https://media.prosv.ru/content/>
- ЦОК (educont.ru)
- 1С:Урок - Главная страница (1c.ru)
- ОБРАЗОВАРИУМ Личный кабинет (nd.ru)
- Мобильное электронное образование (mob-edu.ru)
- Интерактивные презентации для начальной школы - Начальные классы - Сообщество взаимопомощи учителей Педсовет.su (pedsovet.su)
- Начальные классы - Презентации - Infourok
- Интерактивные презентации для начальной школы - Начальные классы - Сообщество взаимопомощи учителей Педсовет.su (pedsovet.su)
- Презентации для детей и школьников | powerpoint (pptcloud.ru)
- Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов (school-collection.edu.ru)
- Методические пособия и видеоуроки (edsoo.ru)
- Сервис для классных руководителей (arkpro.ru)
- Российская электронная школа (resh.edu.ru)

Техника безопасного поведения во время игр

- Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: пришкольная спортивная площадка, спортивный зал.
- Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.
- Знание людей и мест, где могут оказать необходимую помощь.

Подвижная русская народная игра «Золотые ворота»

В игре «Золотые ворота» двое игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх. Получаются «воротики». Остальные дети встают друг за другом и кладут руки на плечи идущему впереди либо просто берутся за руки. Получившаяся цепочка должна пройти под воротами.

«Воротики» произносят:

Золотые ворота

Пропускают не всегда!

Первый раз прощается,

Второй запрещается,

А на третий раз

Не пропустим вас!

После этих слов «воротики» резко опускают руки, и те дети, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротиками». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается. Игра заканчивается, когда все дети становятся «воротами».

Подвижная русская народная игра «Два мороза»

На противоположных сторонах площадки линиями обозначаются два дома. Играющие располагаются в одном из домов. Двое водящих, два Мороза (Мороз — красный нос и Мороз — синий нос) становятся посередине площадки лицом к детям:

Мы два брата молодые,

Два Мороза удалые

Я Мороз — красный нос,

Я Мороз — синий нос, ,

Кто из вас решится

В дороженьку пуститься?

Все играющие хором отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз!

После этого они перебегают в другой дом, а Морозы стараются их заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз. Они стоят так до окончания перебежки. Морозы подсчитывают, сколько играющих им удалось заморозить. После 2—3 перебежек выбирают новых Морозов. В конце игры подводятся итоги: какие Морозы заморозили больше играющих.

Указания. Игрок, который выбежит из дома до сигнала или остается в доме после него, тоже считается замороженным.

Подвижная русская народная игра «Третий лишний»

В игре могут принимать участие - от 8 до 40 участников. Играющие становятся по кругу парами, лицом к его центру так, что один из пары находится впереди, а другой - сзади него. Расстояние между парами - 1-2 м. Двое водящих занимают место за кругом. Один из них убегает, а другой его ловит. Спасаясь от погони, убегающий может встать впереди любой пары. Тогда стоящий сзади оказывается «третьим лишним». Он должен убежать от второго водящего. Если догоняющий поймают (коснется, осалит) убегающего, то они меняются ролями. Таким образом, водящие все время меняются.

Подвижная русская народная игра «Салка на одной ноге»

Дети расходятся по площадке, закрывают глаза, руки у всех за спиной. Ведущий проходит среди них и незаметно одному в руки кладет платочек. На слово «Раз, два, три, смотри!» дети открывают глаза. Стоя на месте, они внимательно смотрят друг на друга: «Кто же салка?» Ребенок с платком неожиданно поднимает его вверх и говорит: «Я салка!» Участники игры, прыгая на одной ноге, стараются уйти от салки. Тот, кого он коснулся рукой, идет водить. Он берет платочек, поднимает его вверх, быстро говорит слова: «Я салка!» Игра повторяется.

Правила.

1. Если ребенок устал, он может прыгать поочередно то на правой, то на левой ноге.
2. Когда меняются салки, играющим разрешается вставать на обе ноги.
3. Салка тоже должен прыгать, как все играющие, на одной ноге.

Подвижная русская народная игра «Горелки»

Играющие встают парами друг за другом. Впереди всех на расстоянии двух шагов стоит водящий - горелка. Играющие нараспев говорят слова:

Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло.
Стой подоле,
Гляди на поле,
Едут там трубачи
Да едят калачи.
Погляди на небо:
Звезды горят,
Журавли кричат:
- Гу, гу, убегу.
Раз, два, не воронь,
А беги, как огонь!

После последних слов дети, стоящие в последней паре, бегут с двух сторон вдоль колонны. Горелка старается запятнать одного из них. Если бегущие игроки успели взять друг друга за руки, прежде чем горелка запятнает одного из них, то они встают впереди первой пары, а горелка вновь горит. Игра повторяется.

Если горелке удастся запятнать одного из бегущих в паре, то он встает с ним впереди всей колонны, а тот, кто остался без пары, горит.

Правила игры. Горелка не должен оглядываться. Он догоняет убегающих игроков сразу же, как только они пробегут мимо него.

Подвижная русская народная игра «У медведя во бору»

На площадке чертят две линии на расстоянии 6–8 метров одна от другой. За одной линией стоит водящий – «медведь», за другой «дом», в котором живут дети. Дети выходят из «дома» в «лес» собирать грибы и ягоды. Они подходят к медвежьей берлоге со словами:

У медведя во бору
Грибы, ягоды беру.
А медведь не спит,
Все на нас глядит.

На последних словах «медведь» выскакивает из «берлоги» и старается осалить убегающих в свой дом детей. Осаленный «медведем» игрок становится «медведем».

Подвижная русская народная игра «Жмурки»

Игра проходит на небольшой ограниченной площадке, на которой нет опасных препятствий. Водящему завязывают глаза, или он просто зажмуривается. Он должен с закрытыми глазами осалить кого-нибудь из играющих. Играющие убегают от водящего, но при этом не заходят за пределы площадки и обязательно подают голос – называют водящего по имени или кричат: «Я здесь». Осаленный игрок меняется ролями с водящим.

Подвижная русская народная игра «Ручеек»

Играющие встают друг за другом парами, обычно мальчик и девочка, юноша и девушка, берутся за руки и держат их высоко над головой. Из сцепленных рук получается длинный коридор. Игрок, кому пара не досталась, идет к «истоку» ручейка и, проходя под сцепленными руками, ищет себе пару. Взявшись за руки, новая пара пробирается в конец коридора, а тот, чью пару разбили, идет в начало «ручейка». И проходя под сцепленными руками, уводит с собой того, кто ему симпатичен. Так «ручеек» движется — чем больше участников, тем веселее игра, особенно весело проводить под музыку.

Ни один праздник в старые времена не обходился у молодых людей без этой игры. Тут вам и борьба за любимую, и ревность, и испытание чувств, и волшебное прикосновение к руке избранной. Игра замечательная, мудрая и крайне многозначительная.

Подвижная русская народная игра «Кошки – мышки»

Играющие (не более пяти пар) встают в два ряда лицом друг к другу, берутся за руки, образуя небольшой проход - нору. В одном ряду стоят коты, в другом - мыши. Игру начинает первая пара: кот ловит мышку, а та бежит вокруг играющих. В опасный момент мышка может спрятаться в коридоре, образованном сцепленными руками играющих. Как только кот поймал мышку, играющие встают в ряд. Начинает игру вторая пара. Игра продолжается, пока коты не переловят всех мышек.

Правила игры. Коту нельзя забегать в нору. Кот и мышки не должны убежать далеко от норы.

Подвижная русская народная игра «Волк во рву»

На площадке чертят две линии на расстоянии 6–8 метров одна от другой. За одной линией стоит водящий – «медведь», за другой «дом», в котором живут дети. Дети выходят из «дома» в «лес» собирать грибы и ягоды. Они подходят к медвежьей берлоге со словами:

У медведя во бору
Грибы, ягоды беру.
А медведь не спит,

Все на нас глядит.

На последних словах «медведь» выскакивает из «берлоги» и старается осалить убегающих в свой дом детей. Осаленный «медведем» игрок становится «медведем».

Подвижная русская народная игра «Гуси - лебеди»

На одном краю площадки чертой обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположном краю стоит пастух. Сбоку от дома логово, в котором находится волк. Остальное место — луг. Дети, исполняющие роли волка и пастуха, назначаются воспитателем, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся на лугу, летают.

Пастух: Гуси, гуси!

Гуси (останавливаются и отвечают хором): Га, га, га!

Пастух: Есть хотите?

Гуси: Да, да, да!

Пастух: Так летите!

Гуси: Нам нельзя,
Серый волк под горой
Не пускает нас домой.

Пастух: Так летите, как хотите,
Только крылья берегите!

Гуси, расправив крылья (вытянув в сторону руки), летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать (коснуться рукой). Пойманные гуси идут в логово. После нескольких перебежек (по условию игры) подсчитывают пойманных волком гусей. Затем назначаются новые волк и пастух.