

Комитет по образованию города Барнаула
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств «Традиция» с. Власиха г. Барнаула

Принята на заседании
педагогического совета
от 01.03.2023, протокол № 1

Утверждаю

Директор МБУ ДО ДШИ
«Традиция»

Л.В. Белькова

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
«Народные подвижные игры»
физкультурно-спортивной направленности

для учащихся 5-17 лет
срок реализации – 13 лет

Авторы-составители:
Горн Сергей Иванович,
Степанов Петр Александрович,
педагоги дополнительного
образования

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.	Комплекс основных характеристик, организационные условия реализации программы: Пояснительная записка	с. 3
2.	Цель, задачи, ожидаемые результаты	с.4
3.	Календарный учебный график	с.6
4.	Учебный план	с.7
5.	Содержание программы	с.10
6.	Методическое обеспечение программы	с. 13
7.	Ожидаемые результаты и их оценка	с. 22
8.	Литература, использованная при написании программы	с. 26
9.	Приложения	27

Пояснительная записка

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, получении внешней информации, дает приятную физическую нагрузку. Педагоги всех времен отмечали, что игра оказывает благотворное влияние на формирование детской души, развитие физических сил и способностей.

Игра помогает находить выход из неожиданных положений, намечать цель, взаимодействовать с товарищем, проявлять ловкость и быстроту, силу и выносливость.

Игра обеспечивает гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния.

Исследователи игровой деятельности поддерживают ее уникальные возможности в физическом и нравственном воспитании детей, особенно в развитии познавательных интересов, в выработке воли и характера, в формировании умения ориентироваться в окружающей нас действительности.

По содержанию все народные 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.

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

Нормативно-правовую основу разработки программы составляют следующие законодательные, нормативные правовые акты и документы:

Конституция Российской Федерации;

Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

Федеральный закон Российской Федерации от 27.07.2006 № 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации»;

Федеральный Закон Российской Федерации от 27.07.2010 № 210-ФЗ «О порядке предоставления государственных и муниципальных услуг»;

Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 №1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного

образования детей»;

Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 597 «О мерах по реализации государственной социальной политики»;

Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 1642 «Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования»;

Протокол совещания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30.11.2016 № 11, в редакции от 19.09.2017 № 66 (7) «Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

Закон Алтайского края от 04.09.2013 № 56-ЗС «Об образовании в Алтайском крае»;

Устав МБУ ДО ДШИ «Традиция»;

Локальные акты МБУ ДО ДШИ «Традиция».

Цель программы – воспитание национального самосознания ребенка на основе возрождения традиционной народной игровой культуры и ее сохранения на современном этапе.

Задачи:

- приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;

- получение необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены;

- обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;

- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;

- гармоническое развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;

- формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье.

Программа состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых

теоретических понятий, беседы с учащимися на темы, предусмотренные программой, показ изучаемых элементов, подвижных игр, просмотр презентаций. В данной программе предусматривается проведение специальных теоретических занятий на следующие темы: «Утренняя гимнастика», «гигиена», «правильная осанка». А также изучение теории вплетается в содержание каждого учебного занятия. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Двигательный опыт учащихся обогащается народными подвижными играми.

Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта второго поколения и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 1-11 классов, старших дошкольников. Рассчитана программа на 72 учебных часа в год и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками, дошкольниками.

Занятия по данной программе проводятся в форме занятия, ограниченного временем (40) в системе целого учебного дня 1-2 раза в неделю.

Место проведения: спортивный зал, спортивная площадка, школьный стадион. Особенности набора детей – учащиеся 5-11 классов с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача). Количество обучающихся – 10-15 человек.

Формы занятий: занятия-беседы, занятия-тренировка, занятия-соревнование, занятия-путешествие, занятия-игра, социокультурные мероприятия.

Особенностью программы является знакомство учащихся с русскими народными играми, игровыми ситуациями, в которых отражаются национальный аспект, истоки самобытности культуры русского народа. Процесс формирования первичных умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей, ведь детские подвижные игры несут огромную, и может быть самую важную роль в физическом развитии ребенка.

В результате освоения программы, учащиеся получают знания и навыки активной игры, самостоятельного регулирования степени внимания и мышечного напряжения, приспособленности к изменяющимся условиям окружающей среды, нахождения выходов из критического положения, быстрого принятия решений и приведения их в исполнение, проявления инициативы, оказания товарищеской поддержки, способности достижения общей цели.

Срок и объем освоения программы:

13 лет по 72 или 144 часа в год на группу:

- «Стартовый уровень» - 2 года, возраст – 5-7 лет;

- «Базовый уровень» - 5 лет, возраст – 7-12 лет;
- «Продвинутый уровень» - 6 лет, возраст – 12-17 лет;

Окончательный срок реализации программы определяет педагог по согласованию с родителями учащихся.

Форма обучения: очная.

Язык – русский.

Особенности организации образовательной деятельности: группы одновозрастные, разновозрастные.

Режим занятий:

Предмет	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
Народные подвижные игры	2/4 часа в неделю; 72/144 часа в год	2/4 часа в неделю; 72/144 часа в год	2/4 часа в неделю; 72/144 часа в год

Программа открыта для изменений и дополнений в процессе реализации и дальнейшей работы по данному направлению.

Календарный учебный график

Количество учебных недель	36
Количество учебных дней	180
Продолжительность каникул	1.01 по 09.01 и с 01.06 по 31.08 текущего учебного года
Даты начала и окончания учебного года	с 01.09 по 31.05 текущего учебного года
Сроки промежуточной аттестации	13.01 – 17.01 и 22.03-31.03 текущего учебного года

Учебно-тематический план

№ п\п	Наименование тем	Теория			Практика			Всего часов			Форма аттестации/ контроля
		1 модуль	2 модуль	3 модуль	1 модуль	2 модуль	3 модуль	1 модуль	2 модуль	3 модуль	
1.	Введение в предмет, охрана труда, ТБ, знакомство с понятием народные подвижные игры.	1	1	1	1	1	1	2	2	2	Наблюдение Тестовые задания
2	Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	1	1	1	3	3	3	4	4	4	Наблюдение Контрольные задания
3	Упражнение «Бои мешками». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта	3	3	3	8	8	8	11	11	11	Наблюдение Контрольные задания
4	Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	2	2	2	8	8	8	10	10	10	Наблюдение Контрольные задания
5	Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	2	2	2	4	4	4	6	6	6	Наблюдение Контрольные задания
6	Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя во бору».	2	2	2	7	7	7	9	9	9	Наблюдение Контрольные

	Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.										задания
7	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм.	2	2	2	7	7	7	9	9	9	Наблюдение Контрольные задания
8	Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры.	2	2	2	6	6	6	8	8	8	Наблюдение Контрольные задания
9	Разучивание игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.	2	2	2	7	7	7	9	9	9	Наблюдение Контрольные задания
10	Разучивание игры «Из круга вон», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	3	3	3	7	7	7	10	10	10	Наблюдение Контрольные задания
11	Эстафета с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната» «Не намочи ног».	2	2	2	6	6	6	8	8	8	Наблюдение Контрольные задания
12	Разучивание игры «Береги предмет» «Кто первый через обруч к флажку?»	3	3	3	10	10	10	13	13	13	Наблюдение Контрольные задания
13	Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры.	2	2	2	8	8	8	10	10	10	Наблюдение Контрольные задания
14	«Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.	3	3	3	10	10	10	13	13	13	Наблюдение Контрольные задания

15	«Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору.	4	4	4	6	6	6	10	10	10	Наблюдение Контрольные задания
16	Разучивание игры «Покати- догони»,	3	3	3	7	7	7	10	10	10	Наблюдение Контрольные задания
17	Разучивание игр «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.	3	3	3	6	6	6	9	9	9	Наблюдение Контрольные задания
18	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка» Эстафета с мячами, скакалками.	2	2	2	10	10	10	12	12	12	Наблюдение Контрольные задания
19	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол	4	4	4	8	8	8	12	12	12	Наблюдение Контрольные задания
20	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.	2	2	2	13	13	13	15	15	15	Наблюдение Контрольные задания
21	«Самый меткий» Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.	3	3	3	5	5	5	8	8	8	Наблюдение Контрольные задания
22.	Итоговые мероприятия по программе	6	6	6	12	12	12	18	18	18	Наблюдение
Итого часов ежегодно								72/144	72/144	72/144	

Содержание программы

Содержание программы приведено примерное на 1 год, так как темы остаются неизменными, а содержание занятий педагог выбирает в зависимости от особенностей групп учащихся.

Тема 1. ВВЕДЕНИЕ

Теория: Знакомство с программой и правилами поведения на занятиях. Беседа о правилах техники безопасности и этических норм при проведении подвижных игр.

Практика: Отработка правил поведения на занятиях.

Тема 2

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр. Упражнение «Высокие деревья». «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.

Тема 3

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр. Упражнение «Бои мешками». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта».

Тема 4

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр. Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».

Тема 5

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр. «Два мороза», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».

Тема 6

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.

Тема 7

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм.

Тема 8

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение ранее разученных игр. Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры.

Тема 9

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.

Тема 10

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Из круга вон», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.

Тема 11

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Не намочи ног». «Перетягивание каната». Эстафета с переноской предметов.

Тема 12

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Береги предмет», «Кто первый через обруч к флажку?»

Тема 13

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры.

Тема 14

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.

Тема 15

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору.

Тема 16

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Покати-догони», Игры по выбору.

Тема17

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Прыгай выше и дружнее». Весёлые старты.

Тема18

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Упасть не давай», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.

Тема19

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол.

Тема 20

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.

Тема 21

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр «Самый меткий». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.

Тема 22

Теория: Итоговые мероприятия по программе.

Методическое обеспечение программы

Народная подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе.

В Детской школе искусств «Традиция» в течение многих лет собиралась информация по русским подвижным играм и успешно использовалась в учебно-воспитательном процессе. В связи с развитием этнокультурных связей с представителями других народностей, возникла необходимость расширения содержания образовательного процесса. Отсюда и актуальность составления данного сборника.

Дети разных национальностей, посещая детские сады, школы повседневно общаются, рассказывают сказки, рисуют, играют в разные игры, поют и танцуют, внося в свою деятельность элементы национальной культуры.

Педагог помогает детям понять, что людей разных национальностей объединяет любовь к Родине, интерес к ее многонациональной культуре и искусству, братская дружба, взаимопомощь, уважение к трудящемуся человеку.

В формировании разносторонне развитой личности ребенка подвижным играм с правилами отводится важнейшее место. Они рассматриваются как основное средство и метод физического воспитания. Являясь важным средством физического воспитания, подвижная игра одновременно оказывает оздоровительное воздействие на организм ребенка. В игре он упражняется в самых разнообразных движениях: беге, прыжках, лазании, перелезании, бросании, ловле, увертывании и т.д. Большое количество движений активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы. Это в свою очередь оказывает благотворное влияние на психическую деятельность. Оздоровительный эффект подвижных игр усиливается при проведении их на свежем воздухе.

Чрезвычайно важно учитывать роль растущего напряжения, радости, сильных переживаний и незатухающего интереса к результатам игры, которые испытывает ребенок. Увлеченность ребенка игрой не только мобилизует его физиологические ресурсы, но и улучшает результативность движений. Игра является незаменимым средством совершенствования движений, развивая их, способствуя формированию быстроты, силы, выносливости, координации движений. В подвижной игре, как деятельности

творческой, ничто не сковывает свободу действий ребенка, в ней он раскован и свободен.

Велика роль подвижной игры в умственном воспитании ребенка: дети учатся действовать в соответствии с правилами, овладевать пространственной терминологией, осознанно действовать в изменившейся игровой ситуации и познавать окружающий мир. В процессе игры активизируются память, представления, развиваются мышление, воображение. Дети усваивают смысл игры, запоминают правила, учатся действовать в соответствии с избранной ролью, творчески применяют имеющиеся двигательные навыки, учатся анализировать свои действия и действия товарищей. Подвижные игры нередко сопровождаются песнями, стихами, считалками, игровыми зачинами. Такие игры пополняют словарный запас, обогащают речь детей.

Большое значение имеют подвижные игры и для нравственного воспитания. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Правила игры дети воспринимают как закон, и сознательное выполнение их формирует волю, развивает самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки, свое поведение. В игре формируется честность, дисциплинированность, справедливость. Подвижная игра учит искренности, товариществу. Подчиняясь правилам игры, дети практически упражняются в нравственных поступках, учатся дружить, сопереживать, помогать друг другу. Умелое, вдумчивое руководство игрой со стороны педагога способствует воспитанию активной творческой личности. В подвижных играх совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма. Они овладевают поэтической образной речью.

Подвижная игра готовит ребенка к труду: дети изготавливают игровые атрибуты, располагают и убирают их в определенной последовательности, совершенствуют свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности.

Таким образом, подвижная игра — незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. При проведении подвижной игры имеются неограниченные возможности комплексного использования разнообразных методов, направленных на формирование личности ребенка. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, их закрепление и совершенствование, но и формирование новых психических процессов, новых качеств личности ребенка

Программа адресована подросткам с 10 до 17 лет, срок ее реализации составляет 3 года обучения, 2 часа в неделю, 72 часа в год.

Дети в объединение принимаются без специального отбора, на основе свободного выбора и по желанию.

Для проведения занятий необходимы следующие условия:

взаимодействие специалистов различных областей;
 использование разнообразных форм организации профилактической деятельности (акции, тренировочные занятия, развлекательные и спортивные программы, др.);
 информационное обеспечение (газета, фотоальбом, и т.п.);
 методическое обеспечение: организация выставок, выпуск методических пособий;
 организация участия детей в диспутах, праздниках, встречах, соревнованиях, др.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия: анализ увиденного, услышанного, деятельности; показ видеоматериалов, иллюстраций; показ, исполнение педагогом; наблюдение; тренинги; тренировочные упражнения; практические работы; выполнение учебно-трудовых заданий,

Формы организации деятельности учащихся на занятии: групповая, индивидуальная, индивидуально-групповая, фронтальная.

Формы проведения занятий: занятие-игра, занятие-тренировка, занятие-соревнование, экскурсия, турнир, сбор, поход, праздник, профильный лагерь и др.

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Теоретический раздел: беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо», «Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Алгоритм работы с играми:

Знакомство с содержанием игры.

Объяснение содержания игры.

Объяснение правил игры.

Разучивание игр.

Проведение игр.

Безусловно, содержание обучения должно максимально предусматривать физическое, трудовое, нравственное, эмоциональное и эстетическое воспитание учащихся начальных классов. Первое место в решении проблемы обучения шестилетних школьников, несмотря на свою обособленность по отношению к другим дисциплинам учебного плана, занимает физическая культура.

Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры. В основу программы для учащихся положены методические материалы, собранные в этнографических экспедициях педагогами Детской школы искусств «Традиция», а также из этнографических источников для воспитания с игровой направленностью.

На современном этапе общественного развития главное значение имеет формирование физически здоровой, социально активной, развитой личности. Основы становления полноценной личности закладываются с самого раннего детства при современных усилиях школы и семьи.

Поскольку у педагогов и психологов в последние годы вызывают опасения материалы, свидетельствующие о неблагополучии физического и психического здоровья школьников, основная задача обучения детей состоит в физическом и интеллектуальном развитии учащихся при таких условиях, когда обучение должно стать естественной формой выражения детской жизни.

Русские народные игры – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный народностям и регионам. Игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками.

Игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. После тяжелого трудового дня взрослые с удовольствием принимали участие в играх детей, обучая их, как надо развлекаться и отдыхать.

Характерная особенность русских народных игр – движения в содержании игры (бег, прыжки, метания, броски, передачи и ловля мяча, сопротивления и др.). Эти двигательные действия мотивированы сюжетом игры. Специальной физической подготовленности играющим не требуется, но хорошо физически развитые игроки получают определенное преимущество в ходе игры (так, в лапте хорошо ловящего мяч ставят в поле у линии кона, а хорошо бьющего выбирают капитаном и дают дополнительный удар по мячу). Русские народные игры, танцы, развлечения наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности. Таким образом, русские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности русского народа в физкультурном аспекте деятельности.

Рекомендуется создать благоприятные условия для проведения занятий в облегченной одежде, со специальным реквизитом. Основу учебного материала составляют игры, сходные по определённым признакам:

по видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, вечная борьба добра против зла);

по интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности);

по содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные);

по способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные);

по физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости);

Данная классификация предназначена для того, чтобы облегчить педагогу дополнительное образование планирование.

Практический раздел

Русские народные игры: «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», «Наседка и коршун», «Удар по веревочке» См. Приложение

Подвижные игры: «Волк во рву», «Салки», «Класс смирно!», «Запрещенное движение», «К своим флажкам», «Карлики и великаны», «Найди себе пару», «У ребят порядок строгий», «Кочка, дорожка, копна», «Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», " «Космонавты", «Зайцы в огороде»

Игры на развитие памяти, внимания, воображения

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок», «Определим игрушку».

Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, реквизитом для традиционных игр (скакалки, мешки для прыжков, гири, и пр.)

Социокультурные мероприятия здоровьесберегающей направленности: спортивно-оздоровительная игра «Сильные люди», турнир по лапте, фестиваль народных игр «Молодецкие забавы» и т.д.

Народные игры «молодецкие забавы»

По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны ребенку. 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. Именно поэтому игра признана ведущей деятельностью ребенка.

Все свои жизненные впечатления и переживания дети отражают в условно-игровой форме, способствующей конкретному перевоплощению в образ («Гуси-лебеди», «Коршун и наседка», «У медведя во бору», «Чепена», «Олени и пастухи» и т. д.). Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребенка, а встречающиеся в некоторых играх зачины, диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной умственной деятельности. В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на

определенных игровых заданиях, также много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы ребенка, развитию его мышления и самостоятельности действий. Так, например, в связи с движениями водящего и изменением игровой ситуации ребенок должен проявить более сложную, т. е. мгновенную и правильную, реакцию, поскольку лишь быстрота действий приводит к благоприятному результату («Палочка-выручалочка», «Пятнашки» и др.). Большое воспитательное значение заложено в *правилах* игры. Они определяют весь ход игры, регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения, содействуют формированию воли, т. е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребенок не может не проявить воспитываемые у него качества. Например, в игре «Коршун и наседка» коршун должен ловить лишь одного цыпленка, стоящего в конце всей вереницы цыплят, и только после слов наседки: «Не дам тебе своих детей ловить». Игра требует внимания, выдержки, сообразительности и ловкости, умения ориентироваться в пространстве, проявления чувства коллективизма, слаженности действий, взаимопомощи («один — за всех и все — за одного» — цыплята), ответственности, смелости, находчивости (наседка).

В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора; движения точны и образны, часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами, заманчивыми и любимыми детьми считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший, неповторимый игровой фольклор. Так, например, зачины, которые, по определению русского фольклориста Г.А. Виноградова, являются как бы игровой прелюдией, дают возможность быстро организовать игроков, настроить их на объективный выбор водящего, безоговорочное и точное выполнение правил. Этому способствуют ритмичность, напевность или характерное скандирование *считалок*, предшествующих игре:

Катился горох по блюду,

Ты води, а я не буду.

* * *

Я куплю себе дуду

И по улице пойду,

Громче, дудочка, дуди:

Мы играем, ты води.

* * *

Шла кукушка мимо сети,

А за нею малы дети,

Кукушата просят пить,

Выходи — тебе водить

Помимо считалок, существуют и *жеребьевки*, которые также создают эмоциональное настроение и увлекают самим процессом игры. Они применяются в тех случаях, когда детям необходимо разделиться на команды. Например, игроки выбирают путем считалки сначала двух детей, а они, договорившись, кто из них как будет называться, встают в пару и, подняв вверх соединенные руки, образуют воротца. Остальные играющие друг за другом проходят или пробегают в эти воротца. Последнего ворота задерживают: игроки опускают руки и тихо спрашивают:

Конь вороной остался под горой.

Выбираешь какого коня:

Сивого или златогривого?

Играющий встает позади того, кого выбрал. Таким способом все дети делятся на две команды и начинается игра. В жеребьевке могут быть и более короткие загадки:

«Красное яблочко или золотое блюдечко?», «Ниточка или иголочка?» и т. п. В некоторых народных играх перед их началом применяются забавные певалки. Например, выбирая водящего, все играющие садятся в круг и нараспев говорят:

*Кто засмеется,
Губа задерется.
Раз, два, три, четыре, пять,
С этих пор молчать!*

Все стараются не проронить ни слова и не засмеяться. Самый выдержанный из детей становится водящим. Постепенно «Молчанка» приобрела вид самостоятельной игры. Например, перед началом все садятся и хором произносят:

<i>Первенчики, бубенчики,</i>	<i>Там чашки, орешки,</i>
<i>Летали голубенчики</i>	<i>Медок, сахарок,</i>
<i>По свежей росе,</i>	<i>Молчок!</i>
<i>По чужой полосе.</i>	

Тому, кто не выдержит и засмеется, назначают фант и предлагают исполнить танец, спеть песенку и т. д.

Певалки имеют место и в самом содержании народных игр. Например, в игре «Уголки» водящий подходит к кому-либо из стоящих в «уголке» (очерченном на земле круге) и говорит:

<i>Мышка, мышка,</i>	<i>За мыльце,</i>
<i>Продай уголок</i>	<i>За белое полотенце,</i>
<i>За шильце,</i>	<i>За зеркальце</i>

После этих слов все играющие меняются уголками (перебегают), а водящий старается занять свободный уголок.

В игре «Ключи» содержание игровых действий аналогично: водящий подходит к игроку, стоящему в кругу среди играющих, и спрашивает: «Где ключи?» Тот отвечает, указывая рукой направление: «Там постучи». В это время все меняются местами. В игре «Жмурки» водящему завязывают глаза, а затем происходит такой диалог: «Кот, кот, на чем стоишь?» Жмурка: «На квашне». «Что в квашне?» Жмурка: «Квас». «Лови мышей, а не нас». После чего начинается игра: все разбегаются, жмурка ловит. Эти четкие считалки, напевно-забавные певалки, занимательные диалоги быстро и прочно запоминаются и с удовольствием проговариваются детьми в их повседневных играх. Народный фольклор устно передается от поколения к поколению и никогда не стареет.

Основным условием успешного внедрения народных игр в жизнь дошкольников всегда было и остается глубокое знание и свободное владение обширным игровым репертуаром, а также методикой педагогического руководства. Воспитатель, творчески используя игру как эмоционально-образное средство влияния на детей, пробуждает у них интерес, воображение, добиваясь активного выполнения игровых действий.

В ходе игры педагог привлекает внимание ребят к ее содержанию, следит за точностью движений, которые должны соответствовать правилам, за дозировкой физической нагрузки, делает краткие указания, поддерживает и регулирует эмоционально-положительное настроение и взаимоотношения играющих, приучает их ловко и стремительно действовать в создавшейся игровой ситуации, оказывать товарищескую поддержку, добиваясь достижения общей цели и при этом испытывать радость. Одним словом, задача педагога заключается в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовольствием играть.

Объясняя новую народную игру, в которой есть зачин (считалка, певалка или жеребьевка), взрослому не следует предварительно разучивать с детьми текст, его желательно ввести в ход игры неожиданно. Такой прием доставит детям большое удовольствие и избавит их от скучного трафаретного знакомства с игровым элементом. Ребята, вслушиваясь в ритмичное сочетание слов, при повторении игры легко запоминают зачин. Объяснение новой игры может проходить по-разному, в зависимости от ее вида и содержания. Так, несюжетная игра объясняется кратко, лаконично, эмоционально-выразительно. Воспитатель дает представление о ее содержании, последовательности игровых действий, расположении игроков и атрибутов, правилах игры. Он может задать один-два уточняющих вопроса, чтобы убедиться, что ребята поняли его правильно. Основная часть времени предоставляется конкретным игровым действиям детей. В конце игры следует положительно оценить поступки тех ребят, кто проявил определенные качества: смелость, ловкость, выдержку, товарищескую взаимопомощь.

Сюжетную народную игру тоже можно объяснять по-разному. Например, воспитатель предварительно рассказывает о жизни того народа, в чью игру им предстоит играть, показывает иллюстрации, предметы быта и искусства, заинтересовывает национальными обычаями, фольклором. Или можно образно, но кратко рассказать о сюжете игры, пояснить роль водящего, дать прослушать диалог, если он имеется («Гуси-лебеди», «Редьки», «Мак», «Ястреб и утки» и т. д.), и перейти к распределению ролей, которое, помимо применения считалок, проходит иногда путем назначения водящего в соответствии с педагогическими задачами (поощрить и активизировать застенчивого ребенка или, наоборот, показать на примере активного, как важно быть смелым и ловким; отклонить просьбу самоуверенного ребенка и включиться в игру самому воспитателю с целью показать ответственность роли водящего, от действий которого зависит,

например, правильность ориентировки в пространстве всех остальных игроков).

Педагогу следует помнить, что главная его задача заключается в том, чтобы научить детей играть активно и самостоятельно. Только в этом случае они приучаются сами 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, т. е. дошкольники приобретают важные качества, необходимые им в будущей жизни.

Итак, народные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Работая с детьми, педагогу надо помнить, что впечатления детства глубоки и неизгладимы в памяти взрослого человека. Они образуют фундамент для развития его нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Оценка результатов программы

Оценка результатов реализации программы направлена на формирование первичных общеучебных умений и навыков у учащихся. Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы и законы физики. Они разнообразны, развлекательны и эмоциональны. Помимо того, народные подвижные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания так, как знакомят с национальными игровыми традициями и культурой.

Овладение детьми способом игровой деятельности позволит им применять умения и навыки и в другие периоды жизни в зависимости от меняющихся обстоятельств. Обучение должно быть ориентировано на зону ближайшего развития, то есть на опережающее актуальное состояние способностей ребенка, но не ограничивающее развитие других способностей (содействуя развитию силы, мы в тоже время угнетающе действуем на развитие гибкости и т.д.).

Определение уровня развития умений и навыков по народным подвижным играм производится в соответствии с требованием программы на основе наблюдения и анализа результатов практических работ в процессе игр.

Высокий уровень развития – учащийся сам является организатором игр, проявляет инициативу, организует игры с младшими школьниками.

Средний уровень развития – учащийся активно включается в предложенные игры, выполняя правила.

Низкий уровень развития – учащийся не активен на занятиях, старается не участвовать в играх, пропускает занятия без уважительной причины.

Формируется общая таблица, позволяющая провести анализ усвоения программного материала на основе ожидаемых результатов освоения программы (с. 25).

	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
Компетенции	Универсальные УУД		
	<p>умения под руководством педагога организовывать собственную деятельность, использовать средства для достижения её цели;</p> <p>с затруднением включаться в коллективную деятельность, неактивно взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей; доступно доносить информацию</p>	<p>умения организовывать собственную деятельность, с помощью педагога выбирать и использовать средства для достижения её цели; активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей; доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме</p>	<p>умения самостоятельно организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;</p> <p>активно включаться и самому организовывать коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;</p> <p>проявлять инициативу в донесении информации в доступной, эмоционально-яркой форме</p>
	Личностные УУД		
	<p>включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</p> <p>проявлять положительные качества личности; проявлять дисциплинированность; оказывать помощь своим сверстникам</p>	<p>активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</p> <p>проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей; оказывать помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы</p>	<p>активно включать в общение и взаимодействие сверстников на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</p> <p>проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы</p>

Метапредметные УУД

находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; участвовать в сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

включаться в сохранности инвентаря и оборудования;

включаться в оценку результатов собственного труда;

видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности

общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

участвовать в защите и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования;

анализировать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность

Предметные УУД

представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности

оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

Литература

1. Абрамян, Л.А. Игра дошкольника / Л.А. Абрамян. – М.: 2000. – 176 с
2. Воспитание мальчишек: Почему мальчишки такие разные, и как помочь им стать настоящими мужчинами Биддалф С. - М.: РИПОЛ-классик, 2007. - 222 с.
3. Дегтев, Синицин. Педагогика нового времени. Управление современной школой. Вып. №8. Педагогика Здоровья.-Ростов: Учитель,2005.-224с.
4. Детские подвижные игры народов СССР / Сост. А. В. Кенеман; Под ред. Т. И. Осокиной. — М.: Просвещение, 1988.— 239 с: ил.
5. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы.-М.: АРКТИ, 2003.-272с.(Метод. Биб- ка).
6. Тульчинский Т.Г., Варавикова Е.А. Новое общественное здравоохранение: введение в современную науку. Иерусалим,1999.-1049с.
7. Фольклор как средство духовного самосохранения русского народа и интеграция общего и дополнительного образования.(материалы научно-практической конференции).-Барнаул,1998.-84с.
8. Школа. Твоя жизнь – твой выбор. Развитие ценностей здорового образа жизни школьников 1 – 11 классов.: Психолого-педагогические рекомендации./Под ред. Жирова Т.Н.- Волгоград: Панорама,2006.-144с.
9. Шмони́на В. Творческие подвижные игры / В. Шмони́на // Дошкольное воспитание. –1991.– № 8. – с.23–27.

Приложение

Русские народные игры

Гуси-лебеди

Участники игры выбирают волка и хозяина, остальные — гуси-лебеди. На одной стороне площадки чертят дом, где живут хозяин и гуси, на другой — живет волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять, зеленой травки пощипать. Гуси уходят от дома довольно далеко. Через некоторое время хозяин зовет гусей. Идет переключка между хозяином и гусями:

Хозяин. *Гуси-гуси!*

Гуси. *Га-га-га.*

Хозяин. *Есть хотите?*

Гуси. *Да, да, да.*

Хозяин. *Гуси-лебеди! Домой!*

Гуси. *Серый волк под горой!*

Хозяин. *Что он там делает?*

Гуси. *Рябчиков щиплет.*

Хозяин. *Ну, бегите же домой!*

Гуси бегут в дом, волк пытается их поймать. Пойманные выходят из игры. Игра кончается, когда почти все гуси пойманы. Последний оставшийся гусь, самый ловкий и быстрый, становится волком.

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

Обыкновенные жмурки

Одному из играющих — жмурке — завязывают глаза, отводят его на середину комнаты и заставляют повернуться несколько раз вокруг себя, затем спрашивают:

— *Кот, кот, на чем стоишь?*

— *На квашне.*

— *Что в квашне?*

— *Квас.*

— *Лови мышей, а не нас.*

После этих слов участники игры разбегаются, а жмурка их ловит. Кого он поймал, тот становится жмуркой.

Правила игры. Если жмурка подойдет близко к какому-либо предмету, о который можно удариться, играющие должны его предупредить, крикнув: «Огонь!» Нельзя кричать это слово с целью отвлечь жмурку от игрока, который не может убежать от него. Играющим не разрешается прятаться за какие-либо предметы или убегать очень далеко. Они могут увертываться от жмурки, приседать, проходить на четвереньках. Пойманного игрока жмурка должен узнать и назвать по имени, не снимая повязки.

У медведя во бору

Медведь, выбранный жеребьевкой, живет в лесу.

Дети идут в лес за грибами, ягодами и напевают песенку:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру!

Медведь постыл

На печи застыл!

Когда играющие произнесли последние слова, медведь, до сих пор дремавший, начинает ворочаться, потягиваться и неохотно выходит из берлоги. Но вот медведь неожиданно бежит за играющими и старается кого-то поймать. Пойманный становится медведем.

Правила игры. Медведь выходит из берлоги только после произнесения последних слов зачина. Дети в зависимости от поведения медведя могут не сразу бежать в свой дом, а подразнить его песней.

Палочка-выручалочка

Дети выбирают водящего считалкой:

Я куплю себе дуду

И на улицу пойду!

Громче, дудочка, дуди,

Мы играем, ты води!

Водящий закрывает глаза и встает лицом к стене. У стены рядом с ним помещают палочку-выручалочку, сделанную из дерева (длиной 50—60 см, диаметром 2—3 см) и ярко окрашенную, чтобы ее хорошо было видно в зеленой траве.

Водящий берет палочку, стучит ею по стене и говорит: «Палочка пришла, никого не нашла. Кого первым найдет, тот за палочкой пойдет». После этих слов он идет искать. Заметив кого-то из играющих, водящий громко называет его по имени и бежит к палочке, стучит по стене, кричит: «Палочка-выручалочка нашла... *(имя игрока)*». Так водящий находит всех детей. Игра повторяется. Первый найденный при повторении игры должен водить. Но игрок, которого нашли, может добежать до палочки-выручалочки раньше водящего со словами: «Палочка-выручалочка, выручи меня» — и постучать по стене. Затем бросить ее как можно дальше от стены и, пока палочку ищет водящий, спрятаться. Водящий опять быстро бежит за палочкой и повторяет действия, описанные выше.

Правила игры. Нельзя подсматривать, когда дети спрячутся. Водящий должен говорить слова медленно, чтобы все дети успели спрятаться. Искать детей водящему следует по всей площадке, а не стоять возле палочки-выручалочки. Дети могут перебежать с одного места укрытия в другое, пока водящий ищет палочку-выручалочку и ставит ее на место.

Вариант. Дети могут выручить игрока, которого нашли. Кто-то из играющих незаметно выходит из укрытия, быстро бежит к палочке-выручалочке и со словами: «Палочка-выручалочка, выручи... *(называет по*

имени того, кого выручает)» — стучит ею по стене. Затем палочку бросает как можно дальше. Пока водящий ищет ее, дети прячутся.

Филин и пташки

Перед началом игры дети выбирают для себя названия тех птиц, голосу которых они смогут подражать. Например, голубь, ворона, галка, воробей, синица, гусь, утка, журавль и др. Играющие выбирают филина. Он уходит в свое гнездо, а играющие тихо, чтобы не услышал филин, придумывают, какими птицами они будут в игре. Птицы летают, кричат, останавливаются и приседают. Каждый игрок подражает крику и движениям той птицы, которую он выбрал.

На сигнал «Филин!» все птицы стараются быстрее занять место в своем доме. Если филин успеет кого-то поймать, то он должен угадать, что это за птица. Только верно названная птица становится филином.

Правила игры. Дома птиц и дом филина нужно располагать на возвышении. Птицы улетают в гнездо по сигналу или как только филин поймает одну из них.

Фанты

Игра начинается так. Ведущий обходит играющих и каждому говорит:

*Вам прислали сто рублей
Что хотите, то купите,
Черный, белый не берите,
«Да» и «нет» не говорите!*

После этого он ведет с участниками игры беседу, задает разные провокационные вопросы, с тем чтобы кто-то в разговоре произнес одно из запрещенных слов: *черный, белый, да, нет*. Тот, кто сбился, отдает водящему фант. После игры каждый проштрафившийся выкупает свой фант.

Играют не более десяти человек, все участники игры имеют по несколько фантов. Дети в игре внимательно слушают вопросы и следят за своей речью.

Ведущий ведет примерно такой разговор:

— *Что продается в булочной?*

— *Хлеб.*

— *Какой?*

— *Мягкий.*

— *А какой хлеб ты больше любишь: черный или белый?*

— *Всякий.*

— *Из какой муки пекут булки?*

— *Из пшеничной. И т. д.*

При выкупе фантов участники игры придумывают для хозяина фанта интересные задания. Дети поют песни, загадывают загадки, читают стихи, рассказывают короткие смешные истории, вспоминают пословицы и поговорки, прыгают на одной ножке. Фанты могут выкупаться сразу же после того, как проиграют несколько человек.

Правила игры. На вопросы играющие должны отвечать быстро. Ответ исправлять нельзя. Ведущий может вести разговор одновременно с двумя играющими. При выкупе фанта ведущий не показывает его участникам игры.

Краски

Участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки — краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали его хозяину, он приглашает одного из покупателей. Покупатель стучит: *Тук, тук!*

— *Кто там?*

— *Покупатель.*

— *Зачем пришел?*

— *За краской.*

— *За какой?*

— *За голубой.*

Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки, поноси да назад принеси!» Если же покупатель угадал цвет краски, то краску забирает себе.

Идет второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который набрал больше красок. Если покупатель не отгадал цвет краски, хозяин может дать и более сложное задание, например: «Скачи на одной ножке по голубой дорожке».

Правила игры. Хозяином становится покупатель, который угадал больше красок.

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.

Пятнашки

Играющие выбирают водящего — пятнашку. Все разбегаются по площадке, а пятнашка их ловит.

Правила игры. Тот, кого пятнашка коснется рукой, становится пятнашкой.

Варианты.

Пятнашки, ноги от земли. Играющий может спастись от пятнашки, если встанет на какой-то предмет.

Пятнашки-зайки. Пятнашка может запятнать только бегущего игрока, но стоит последнему запрыгнуть на двух ногах — он в безопасности.

Пятнашки с домом. По краям площадки рисуют два круга, это дома. Один из играющих — пятнашка, он догоняет участников игры. Преследуемый может спастись от пятнашки в доме, так как в границах круга пятнать нельзя.



Мячик кверху

Участники игры встают в круг, водящий идет в середину круга и бросает мяч со словами: «Мячик кверху!» Играющие в это время стараются как

можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой!» Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Запятнанный становится водящим. Если же он промахнулся, то остается вновь водящим: идет в центр круга, бросает мяч кверху — игра продолжается.

Правила игры. Водящий бросает мяч как можно выше. Разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих после слова: «Стой!» — продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего. Играющие, убегая от водящего, не должны прятаться за встречающиеся на пути предметы.

Лапта

Для игры нужны небольшой резиновый мяч и лапта — круглая палка (длиной 60 см, ручка толщиной 3 см, ширина основания 5—10 см). На площадке проводят две линии на расстоянии 20 м. С одной стороны площадки находится город, а с другой — кон. Участники игры делятся на две равные команды. По жребию игроки одной команды идут в город, а другая команда водит. Команда города начинает игру. Метальщик лаптой забивает мяч, бежит через площадку за линию кона и снова возвращается в город. Водящие ловят отбитый мяч и стараются запятнать бегущего. Они могут перебрасывать мяч друг другу, чтобы попасть в бегущего на более близком расстоянии. Если игрокам поля удастся запятнать бегущего, они переходят в город. В ином случае игроки остаются на местах. Игра продолжается, мяч забивает второй игрок. По очереди все играющие бьющей команды выступают в роли метальщиков. Но не всегда игрокам удается сразу вернуться в город. В этом случае они ждут, что их выручат. Выручить может только тот, кто далеко отобьет мяч.

Нередко случается и так, что тот, кто ударил по мячу, не смог сразу перебежать за линию кона. Он ждет, когда мяч забьет следующий игрок, — тогда за линию кона бегут два игрока. Может создаться более трудное

положение, когда все игроки бьющей команды, кроме одного, находятся за линией кона, тогда игроку, который еще не бил, разрешают ударить трижды. Если он промахнется, то игроки города уступают свое место водящим.

Правила игры. Подавальщики не должны переступить черту города. Тому, кто не может забить мяч лаптой, разрешается его бросать в поле рукой. Команда города переходит в поле, если все игроки пробили мяч, но никто не перебежал за линию кона.

Вариант.

Переменки. На площадке проводится черта. За эту черту становятся двое из играющих. Один из них (подающий) подбрасывает мяч, а другой отбивает его лаптой. Остальные участники игры, стоя в разных местах, ловят мяч на лету. Тот, кому удастся поймать мяч на лету, идет отбивать его, а тот, кто отбивал раньше, переходит к ловящим. Если никто не поймает мяч, то его берет тот из играющих, к которому он упал ближе, и возвращает его подающему. Если подающий поймает его на лету, то начинает отбивать мяч, а подающим становится тот, который удачно бросил ему мяч. Тот, кто раньше отбивал, идет к ловящим.

Правила игры. Тот, кто подает, не имеет права, ловя брошенный ему мяч, выбегать за свою черту. Если подающий не поймал на лету возвращенный ему мяч, то он берет его и начинает подавать снова. В начале игры можно поставить условие, что игра считается законченной, если один из играющих набрал десять очков, т. е. десять раз отбил мяч так, что его никто не поймал.

Ляпка

Один из играющих — водящий, его называют ляпкой. Водящий бежит за участниками игры, старается кого-то осалить, приговаривая: «На тебе ляпку, отдай ее другому!» Новый водящий догоняет игроков и старается кому-то из них передать ляпку. Так играют в Кировской области. А в Смоленской

области в этой игре водящий ловит участников игры и у пойманного спрашивает: «У кого был?» — «У тетки». — «Что ел?» — «Клёцки». — «Кому отдал?» Пойманный называет по имени одного из участников игры, и названный становится водящим.

Правила игры. Водящий не должен преследовать одного и того же игрока. Участники игры внимательно наблюдают за сменой водящих.

Ловишка в кругу

На площадке чертят большой круг. В середине круга кладут палку. Длина палки должна быть значительно меньше диаметра круга. Величина круга от 3 м и более в зависимости от количества играющих. Все участники игры стоят в кругу, один из них — ловишка. Он бежит за детьми и старается кого-то поймать. Пойманный игрок становится ловишкой.

Правила игры. Ловишка во время игры не должен перепрыгивать через палку. Это действие могут совершать только участники игры. Вставать на палку ногами запрещается. Пойманный игрок не имеет права вырываться из рук ловишки.

Заря

Дети встают в круг, руки держат за спиной, а один из играющих — заря — ходит сзади с лентой и говорит:

*Заря-зарница,
Красная девица,
По полю ходила,
Ключи обронила,
Ключи золотые,
Ленты голубые,
Кольца обвитые —
За водой пошла'*

С последними словами водящий осторожно кладет ленту на плечо одному из играющих, который, заметив это, быстро берет ленту, и они оба бегут в разные стороны по кругу. Тот, кто останется без места, становится зарей. Игра повторяется.

Правила игры. Бегущие не должны пересекать круг. Играющие не поворачиваются, пока водящий выбирает, кому положить на плечо платок.

Почта

Игра начинается с переключки водящего с игроками:

— *Линь, динь, динь!*

— *Кто там?*

— *Почта!*

— *Откуда?*

— *Из города...*

— *А что в городе делают?*

Водящий может сказать, что в городе танцуют, поют, прыгают и т. д. Все играющие должны делать то, что сказал водящий. А тот, кто плохо выполняет задание, отдает фант.

Игра заканчивается, как только водящий наберет пять фантов. Играющие, чьи фанты у водящего, должны их выкупить. Водящий придумывает для них интересные задания. Дети читают стихи, рассказывают смешные истории, вспоминают загадки, имитируют движения животных. Затем выбирают нового водящего и игра повторяется.

Правила игры. Задания могут придумывать и сами участники игры.

Коршун

Играющие выбирают коршуна и наседку, остальные — цыплята. Коршун роет ямку, а наседка с цыплятами ходит вокруг него и нараспев

говорит слова: *Вокруг коршуна хожу, По три денежки ношу, По копеечке, По совелочке.*

Коршун продолжает рыть землю, он ходит вокруг ямки, встает, машет крыльями, приседает. Наседка с цыплятами останавливается, спрашивает коршуна:

— *Коршун, коршун, что ты делаешь?*

— *Ямку рою.*

— *На что тебе ямка?*

— *Копеечку ищу*

— *На что тебе копеечка?*

— *Иголочку куплю.*

— *Зачем тебе иголочка?*

— *Мешочек сшить. Зачем мешочек?*

— *Камешки класть.*

— *Зачем тебе камешки?*

— *В твоих деток кидать.*

— *За что?*

— *Ко мне в огород лазят!*

— *Ты бы делал забор выше, Коли не умеешь, так лови их.*

Коршун старается поймать цыплят, наседка защищает их, гонит коршуна: «Ши, ши, злодей!»

Пойманный цыпленок выходит из игры, а коршун продолжает ловить следующего. Игра кончается, когда поймано несколько цыплят.

Правила игры. Цыплятам следует крепко держать друг друга за пояс. Тот, кто не удержался в цепи, должен постараться быстро встать на свое место. Курица, защищая цыплят от коршуна, не имеет права отталкивать его руками.

Гуси

На площадке чертят небольшой круг, в середине его сидит волк. Играющие, взявшись за руки, встают в большой круг. Между кругом, где сидит волк, и хороводом встают в небольшой круг гусенята. Играющие в хороводе идут по кругу и спрашивают гусенят, которые также ходят по кругу и отвечают на вопросы:

— *Гуси, вы гуси!*

— *Га-га-га, га-га-га!*

— *Вы, серые гуси!*

— *Га-га-га, га-га-га!*

— *Где, гуси, бывали?*

— *Га-га-га, га-га-га!*

— *Кого, гуси, видали?*

— *Га-га-га, га-га-га!*

С окончанием последних слов волк выбегает из круга и старается поймать гусенка. Гуси разбегаются и прячутся за стоящих в хороводе. Пойманного гусенка волк ведет в середину круга — в логово. Гуси встают в круг и отвечают:

Мы видели волка,

Унес волк гусенка,

Самого лучшего.

Самого большого

Далее следует переключка хоровода и гусей:

— *А, гуси, вы гуси!*

— *Га-га га, га гага!*

— *Щиплите-ка волка,*

Выручайте гусенка!

Гуси машут крыльями, с криком *га-га* бегают по кругу, донимают волка. Пойманные гусенята в это время стараются улететь из круга, а волк их не пускает. Игра заканчивается, когда все пойманные гуси уходят от волка.

Игра повторяется, но играющие в хороводе становятся гусями, а гуси встают в хоровод. Волка выбирают.

Правила игры. Хоровод гусей и гусенята идут по кругу в разные стороны. Текст должны проговаривать все дружно. Пойманный гусенок может выйти из круга только тогда, когда кто-то из играющих коснулся рукой волка

Большой мяч

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

Правила игры. Играющие не берут в руки мяч в течение всей игры, они перекачивают его только ногами.

Пчелки и ласточка

Играющие — пчелы — летают по поляне и напевают:

Пчелки летают,

Медок собирают!

Зум, зум, зум!

Зум, зум, зум!

Ласточка сидит в своем гнезде и слушает их песенку. По окончании песни ласточка говорит: «Ласточка встанет, пчелку поймает». С последним словом она вылетает из гнезда и ловит пчел. Пойманный играющий становится ласточкой, игра повторяется.

Правила игры. Пчелам следует летать по всей площадке. Гнездо ласточки должно быть на возвышении.

Волк

Все играющие — овцы, они просят волка пустить их в лес погулять: «Разреши нам, волк, погулять в твоём лесу!» Волк отвечает: «Гуляйте, гуляйте, да только траву не щиплите, а то мне спать будет не на чем». Овцы сначала только гуляют в лесу, но скоро забывают обещание, щиплют траву и поют:

*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, игра возобновляется.

Правила игры. Гуляя по лесу, овцы должны расходиться по всей площадке.

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.
Птички весело поют,
Ай! Птицелов идет!
Он в неволю нас возьмет,
Птицы, улетайте!*

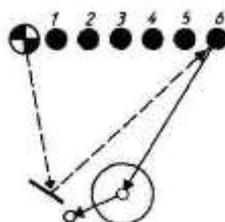
Птицелов хлопает в ладоши, играющие останавливаются на месте, и водящий начинает искать птиц. Тот, кого он нашел, подражает крику птицы, которую он выбрал. Птицелов угадывает название птицы и имя игрока. Играющий становится птицеловом.

Правила игры. Играющие не должны прятаться за предметы, встречающиеся на пути. Игроки обязаны останавливаться на месте точно по сигналу.

Блуждающий мяч

Все играющие, кроме водящего, встают в круг на расстоянии вытянутой руки. Они передают друг другу большой мяч. Водящий бежит вне круга, старается дотронуться до мяча рукой. Если это ему удалось, то он идет на место того игрока, в руках которого находился мяч, а играющий выходит за круг. Игра повторяется.

Правила игры. Передавая мяч, играющие не должны сходить с места. Нельзя мяч передавать через одного, можно только рядом стоящему игроку. Водящему запрещается заходить в круг. Мяч можно передавать в любую сторону. Передача мяча начинается с того игрока, за которым стоит водящий перед началом игры. Играющий, уронивший мяч, становится водящим.



Шар

На площадке чертят круг диаметром 1 м, в центр его кладут шар. На расстоянии 3—5 м от круга играющие роют каждый себе по ямке. В одном

ряду с играющими стоит водящий, но у него нет ямки. Стоя у ямок, дети по очереди бросают в шар палкой-битой. Шар нужно выбить из круга, но так, чтобы он выкатился за черту.

Одновременно тот, кто выбил шар, и водящий бегут в поле: один — за битой, а другой — занять лунку. Если водящий первым займет лунку игрока, выбившего шар, то он меняется с ним ролями.

Тот из играющих, кто промахнется или ударит по шару так слабо, что он не выкатится из круга, оставляет свою палку в поле, пока кто-нибудь из товарищей не сделает удачного удара. Тогда все игроки, чьи палки лежат в поле, бегут за ними. Водящий бежит за шаром, кладет его в центр круга, бежит к лункам и старается занять одну из них. Если никто из играющих не попадет в шар, то водящий катит его по земле в любую лунку. В чью лунку шар попадет, тот и становится водящим. Если шар не попал в лунку, то водящий остается прежний.

Правила игры. Бросая битку, играющие не должны выходить за линию. Водящему следует вначале положить шар в центр круга, а затем занимать лунку.

Посигутки

Играющие распределяются на две команды по жребию, одна из них — водящая. Игроки этой команды образуют пары, которые встают коридором друг к другу лицом на расстоянии 1—2 м одна пара от другой. Затем дети также попарно садятся на траву, ноги выпрямляют, ступнями касаются друг друга. Играющие другой партии встают гуськом и стараются как можно быстрее перепрыгнуть через ноги. Водящие пытаются осалить прыгающего игрока. Каждый осаленный встает за спиной того водящего, кто его осалил. Игроки меняются местами после того, как прошли все дети, и игра повторяется.

Правила игры. Осаленный не должен прыгать дальше той пары игроков, которые его осалили. Водящий салит играющего только тогда, когда он перепрыгивает, при этом он не должен менять положения ног.

Вариант. Играющие водящей команды могут не садиться, вытягивая ноги, а держать шнур или резинку, стоя на коленях.

Выгони мяч

На противоположных сторонах площадки отмечают две коновые линии. Расстояние между ними 5—10 м.

Играющие делятся на две команды, встают друг против друга за линиями. По жребию одна из них начинает игру. Дети поочередно сильным ударом ноги посылают мяч в сторону своих противников. Те стараются не пропустить мяч за черту кона, отбивают его ногой. Если мяч не докатился до линии кона, то играющие передают его руками. Так мяч переходит от команды к команде, пока не пройдет за линию кона. Играющий, пропустивший мяч, штрафуются (сзади него кладут любой предмет). Выигрывает команда, набравшая меньшее количество штрафных очков.

Правила игры. Встречая мяч, играющий может выйти за коновую линию только на один шаг. Если мяч послан слабо и не докатился до кона, играющий также штрафуются.

Малечена-калечина

Играющие выбирают ведущего. Каждый игрок берет в руки небольшую палочку (длиной 20—30 см). Все произносят такие слова:

Малечена-калечина,

Сколько часов

Осталось до вечера,

До зимнего?

После слов *до зимнего* дети ставят палочку на ладонь или на любой палец правой (левой) руки. Как только дети поставят палочки, ведущий считает: «Раз, два, три... десять». Выигрывает тот, кто дольше продержал предмет. Ведущий может давать разные задания: играющие, удерживая палку, должны ходить, приседать, поворачиваться вправо, влево, вокруг себя.

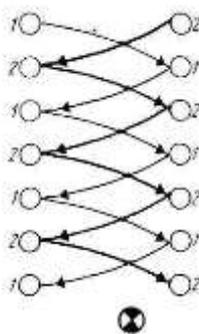
Правила игры. Дети должны разойтись по всей площадке и встать как можно дальше друг от друга, чтобы удобнее было держать равновесие для палочки.

Вариант. Для усложнения задания игрокам можно предложить удерживать одновременно, две палочки на двух ладонях (на правой и на левой).

Гонка мяча по улице

Дети делятся на две партии и встают друг против друга на расстоянии 3—5 м. В каждой партии играющие рассчитываются на первый и второй номера и встают друг от друга на расстоянии одного шага.

Первые номера в обеих партиях составляют одну команду; вторые — другую. По сигналу ведущего сначала гонят (перебрасывают) мяч первые номера, а потом вторые. Каждая команда прогоняет мяч до пяти раз.



Правила игры. Передавать мяч следует только игроку своей команды и в порядке очереди. Мяч не должен касаться земли. Принимая мяч, играющий может выходить из шеренги. Играющий, уронивший мяч, передает его

команде противника. Ведущий за каждый уронивший мяч штрафует команду на одно очко. Побеждает команда, набравшая меньшее количество штрафных очков.

Стадо

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

Пастушок, пастушок,

Заиграй во рожок!

Травка мягкая,

Роса сладкая,

Гони стадо в поле,

Погулять на воле!

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

Правила игры. Во время перебежки овцам нельзя возвращаться в тот дом, из которого они вышли. Волк овец не ловит, а салит рукой. Пастух может только заслонять овец от волка, но не должен задерживать его руками.

Шлепанки

Играющие встают в круг лицом к центру на расстоянии одного шага один от другого. Начинается игра с выбора водящего. Дети считают по порядку до пяти, пятый — водящий.

Можно использовать считалку:

Петушок, петушок,

Покажи свой кожушок.

*Кожушок горит огнем,
Сколько перышек на нем?
Раз, два, три, четыре, пять...
Невозможно сосчитать!*

Водящий выходит в центр круга. Называет по имени одного из детей, бросает мяч о землю так, чтобы он отскочил в нужном направлении. Играющий, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлепает ладонью). Число отбиваний мяча устанавливается по договоренности, но не более пяти. После отбиваний мяч перебрасывается водящему, и игра продолжается, пока кто-то из играющих не уронит мяч. В этом случае игра начинается сначала. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего.

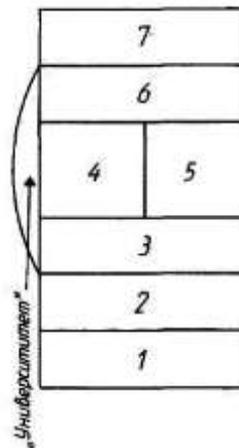
Правила игры. Отбивать мяч нужно стоя на одном месте. Играющий встает на место водящего только в том случае, если он поднял мяч с земли.

Котлы. Классы

На земле чертят фигуру. Каждое отделение фигуры называется классом. Играющие устанавливают очередь, кому начинать игру первым, кому — вторым, третьим и т. д. Первый играющий встает перед чертой и бросает камешек в первый класс. Если камешек попал в класс, то он встает на одну ногу, перепрыгивает через черту в класс, затем носком ноги выбивает камешек из первого класса и выпрыгивает сам. Снова бросает камешек, но уже во второй класс. Прыгает на одной ноге в первый, затем во второй класс и вновь выбивает камешек носком ноги. Он играет, пока камешек не попал на черту. После чего игру начинает второй игрок. Когда очередь дойдет до первого, он начинает игру с того класса, в котором ошибся. Когда он доходит до четвертого класса, берет камешек в руку и встает так, чтобы одна нога была в четвертом классе, а другая — в седьмом. Подпрыгивает и переставляет ноги так, чтобы одна была в шестом, а другая — в пятом классе. Дальше выпрыгивает в полукруг, это «университет», где игрок некоторое

время отдыхает. Затем камешек бросает в седьмой класс, встает одной ногой в седьмой, другой — в четвертый, передвигает камешек в шестой класс; подпрыгивает и встает ногами в шестой и пятый классы. Дальше камешек передвигает в пятый класс, подпрыгивает и встает опять в седьмой и четвертый классы, камешек передвигает в четвертый класс и, стоя на одной ноге в четвертом классе, передвигает его в третий, затем во второй и первый, а затем выталкивает его из класса и выпрыгивает сам.

Играющий прошел все классы, дальше его ждет экзамен. Он кладет камешек на носок ноги и идет на каблуке через все классы. Нужно пройти осторожно, чтобы не уронить камешек и не наступить на черту. После экзамена он заканчивает игру, но остальные игроки могут ее продолжать.

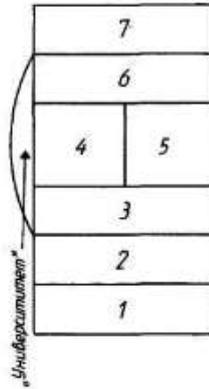


Правила игры. Игру начинает очередной игрок, если у предыдущего камешек попал на черту или не в тот класс или игрок встал ногой на черту. Игрок, допустивший ошибку, вновь начиная игру, бросает камешек в тот класс, где он ошибся.

На земле чертят фигуру. Каждое отделение фигуры называется классом. Играющие устанавливают очередь, кому начинать игру первым, кому — вторым, третьим и т. д. Первый играющий встает перед чертой и бросает камешек в первый класс. Если камешек попал в класс, то он встает на одну ногу, перепрыгивает через черту в класс, затем носком ноги выбивает камешек из первого класса и выпрыгивает сам. Снова бросает камешек, но уже во второй класс. Прыгает на одной ноге в первый, затем во второй класс и вновь выбивает камешек носком ноги. Он играет, пока камешек не попал на черту. После чего игру начинает второй игрок. Когда очередь дойдет до первого, он начинает игру с того класса, в котором ошибся. Когда он доходит

до четвертого класса, берет камешек в руку и встает так, чтобы одна нога была в четвертом классе, а другая — в седьмом. Подпрыгивает и переставляет ноги так, чтобы одна была в шестом, а другая — в пятом классе. Дальше выпрыгивает в полукруг, это «университет», где игрок некоторое время отдыхает. Затем камешек бросает в седьмой класс, встает одной ногой в седьмой, другой — в четвертый, передвигает камешек в шестой класс; подпрыгивает и встает ногами в шестой и пятый классы. Дальше камешек передвигает в пятый класс, подпрыгивает и встает опять в седьмой и четвертый классы, камешек передвигает в четвертый класс и, стоя на одной ноге в четвертом классе, передвигает его в третий, затем во второй и первый, а затем выталкивает его из класса и выпрыгивает сам.

Играющий прошел все классы, дальше его ждет экзамен. Он кладет камешек на носок ноги и идет на каблуке через все классы. Нужно пройти осторожно, чтобы не уронить камешек и не наступить на черту. После экзамена он заканчивает игру, но остальные игроки могут ее продолжать.



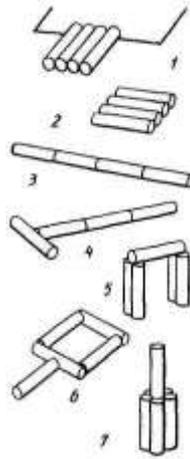
Правила игры. Игру начинает очередной игрок, если у предыдущего камешек попал на черту или не в тот класс или игрок встал ногой на черту. Игрок, допустивший ошибку, вновь начиная игру, бросает камешек в тот класс, где он ошибся.

Городки. Чушки. Рюхи. Деревянные бабки.

На земле чертят два города и на некотором расстоянии, которое определяется по договоренности, отмечают чертой место, с которого играющие будут метать биты. В каждом городе ставят городки — *рюхи*. Играющие делятся на две команды, равные по силе и ловкости. В каждой команде есть свой ведущий. Начинает игру та команда, которая это право получила по жребию. Игроки одной из команд выбивают городки из города противника. Пока не разожжен город, т. е. не выбито из него ни одной рюхи, бьют с кона; когда же разожгут город, то получают право бить с полукона, т. е. ближе к расположению фигур.

По условию бьют по очереди: сначала игроки одной команды, а затем другой. Цель игры — выбить из города противника все рюхи.

Складываются рюхи так:



1. Плашмя, одна рюха около другой.
2. Плашмя, одна рюха стоит.
3. Рюхи лежат боковой поверхностью вперед.
4. Рюхи стоят в два ряда.
5. По одной.
6. Парами.
7. Фигура «Гвоздь».
8. Фигура «Слон».
9. Фигура «Ворота».
10. Фигура «Поезд».
11. Фигура «Колотушка».
12. Фигура «Фонарь».
13. Фигура «Бутылка».
14. Фигура «Колодец».



Игра кончается, когда из города выбиты все рюхи. Проигрывает та команда, которая не успела выбить все городки.

Правила игры. Каждый играющий бьет только один раз. Если первый игрок выбил рюху, то все остальные бьют с полукона. Если бита при отбивании рюх не выкатилась из города, то остается там, пока не будет

выбита другим игроком этой же команды вместе с рюхами. По окончании игры команды меняются городами. Рюха считается выбитой, если она лежит за чертой города. Каждая команда имеет по две биты. Рюхи ставят у передней черты города или на ней на равном расстоянии от боковых сторон.

Молчанка

Перед началом игры все играющие произносят певалку:

Первенчики, червенчики

Летали голубенчики

По свежей росе, По чужой полосе,

Там чашки, орешки,

Медок, сахарок — Молчок

Как скажут последнее слово, все должны замолчать. Ведущий старается рассмешить играющих движениями, смешными словами и потешками, шуточными стихотворениями. Если кто-то засмеется или скажет одно слово, он отдает ведущему фант. В конце игры дети свои фанты выкупают: по желанию играющих поют песенки, читают стихи, танцуют, выполняют интересные движения. Разыгрывать фант можно и сразу, как проштрафился.

Правила игры. Ведущему не разрешается дотрагиваться руками до играющих. Фанты у всех играющих должны быть разные.