

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Черкутинская основная общеобразовательная школа
им. В.А. Солоухина Собинского района
Владимирской области

РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

Протокол №7
от «25» 05. 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Бусурина В.С.
Приказ №75-д
от «25» 05. 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности
для обучающихся 1-4 классов
«Народные игры»

Составитель-
зам. директора по УВР Козлова Светлана Анатольевна

с. Черкутино, 2023

Пояснительная записка

Данная рабочая программа внеурочной деятельности «Народные игры» для учащихся 1 – 4 классов разработана на основе программы Черновой Н. А., учителя начальных классов, высшей квалификационной категории, город Братск.

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.

Характерная особенность 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).

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

В русских 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.

Программа знакомит 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.

Цель курса: приобщение учащихся к народным традициям, обычаям, играм.

Задачи курса:

- расширить их представления о культуре русского народа и народов России;
- познакомить детей с народными традициями, обычаями;
- дать детям представление о народных играх;
- 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.

Срок реализации программы: 4 года.

Общее количество часов на 4 года: 135 часов, из них: 1 класс – 33 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России,
- осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 1-4 КЛАССЫ

1	2	3	4
РЕГУЛЯТИВНЫЕ УНИВЕРСАЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ			
<p>Учащийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – принимать учебную задачу; – планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей. <p>Учащийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</i> – <i>планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;</i> – <i>осуществлять пошаговый контроль по результату;</i> – <i>адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;</i> – <i>различать способ и результат действия.</i> <p>Учащийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;</i> – <i>оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;</i> 	<p>Учащийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – принимать и сохранять учебную задачу; – учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; – планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане; – осуществлять пошаговый контроль по результату; – адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей; – различать способ и результат действия. <p>Учащийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;</i> – <i>оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной</i> 	<p>Учащийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – принимать и сохранять учебную задачу; – учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; – планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане; – учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения; – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; – адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей; – различать способ и результат действия. <p>Учащийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;</i> – <i>оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной</i> 	<p>Выпускник научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – принимать и сохранять учебную задачу; – учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; – планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане; – учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения; – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; – адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей; – различать способ и результат действия; – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата. <p>Выпускник получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;</i> – <i>преобразовывать практическую задачу в познавательную;</i> – <i>проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;</i> – <i>самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном</i>

	– осуществлять <i>итоговый контроль по результату.</i>	<i>оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;</i> – вносить <i>необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.</i>	<i>материале;</i> – осуществлять <i>констатирующий и превосходящий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;</i> – <i>самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.</i>
--	--------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УНИВЕРСАЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

<p>Учащийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков; – устанавливать причинно - следственные связи в изучаемом круге явлений; – обобщать, т.е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе выделения сущностной связи. <p>Учащийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать знаково- символические средства 	<p>Учащийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать знаково-символические средства, – проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве; – осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков; – устанавливать причинно - следственные связи в изучаемом круге явлений; – обобщать, т.е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе выделения сущностной связи. <p>Учащийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – строить сообщения в устной и письменной форме; – строить рассуждения в форме связи простых суждений 	<p>Учащийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели (включая виртуальные) – проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве; – строить сообщения в устной и письменной форме; – осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков; – устанавливать причинно - следственные связи в изучаемом круге явлений. <p>Учащийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в 	<p>Выпускник научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет; – использовать знаково-символические средства, в том числе модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные), для решения задач; – проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве; – строить сообщения в устной и письменной форме; – осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков; – устанавливать причинно - следственные связи в изучаемом круге явлений; – строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях; – обобщать, т.е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p><i>об объекте, его строении, свойствах и связях.</i></p>	<p><i>открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет.</i></p>	<p>выделения сущностной связи;</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза; – устанавливать аналогии; – владеть рядом общих приёмов решения задач. <p>Выпускник получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет; – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач; – осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме; – осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; – осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты; – осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; – строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
--	-------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

КОММУНИКАТИВНЫЕ УНИВЕРСАЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

<p>Учащийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих 	<p>Учащийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться 	<p>Учащийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию 	<p>Выпускник научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>с его собственной; – задавать вопросы.</p> <p>Учащийся получит возможность научиться: – <i>учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</i> – <i>договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</i></p>	<p>на позицию партнёра в общении и взаимодействии; – учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; – договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; – задавать вопросы.</p> <p>Учащийся получит возможность научиться: – <i>строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;</i> – <i>контролировать действия партнёра;</i> – <i>использовать речь для регуляции своего действия.</i></p>	<p>партнёра в общении и взаимодействии; – учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; – договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; – строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет; – задавать вопросы; – контролировать действия партнёра; – использовать речь для регуляции своего действия.</p> <p>Учащийся получит возможность научиться: – <i>адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя, в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;</i> – <i>формулировать собственное мнение и позицию;</i> – <i>адекватно использовать</i></p>	<p>поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя, в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения; – допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии; – учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; – формулировать собственное мнение и позицию; – договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; – строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет; – задавать вопросы; – контролировать действия партнёра; – использовать речь для регуляции своего действия; – адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.</p> <p>Выпускник получит возможность научиться: – <i>учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;</i> – <i>учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;</i></p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p><i>речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> – понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы; – аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; – продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников; – с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия; – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром; – осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь; – адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач, планирования и регуляции своей деятельности.
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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, желание 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 них 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.

1 КЛАСС

Техника безопасного поведения во время игр (1 час)

Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий.

Русские народные игры (32 часа)

Правила проведения игр: «Золотые ворота», «Два мороза», «Третий лишний», «Салка на одной ноге», «Горелки», «У медведя во бору», «Жмурки», «Ручеек», «Кошки – мышки», «Волк во рву», «Гуси - лебеди».

2 КЛАСС

Техника безопасного поведения во время игр (1 час)

Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий.

Русские народные игры (32 часа)

Правила проведения игр: «Стадо», «Ловишки - перебежки», «Вышибалы», «Ворота», «Белые медведи», «Золотые ворота — круговые», «Царь горы», «Змейка», «Салки», «Капканы», «Повяжу я шелковый платочек».

Социокультурная практика (1 час)

3 КЛАСС

Техника безопасного поведения во время игр (1 час)

Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий.

Игры народов России (32 часа)

Детям предлагаются игры, которые помогут им познакомиться с условиями жизни, обычаями и традициями разных народов России.

Башкирские народные игры «Липкие пеньки», «Стрелок», марийская народная игра «Бой петухов», удмуртские народные игры «Стой!», «Водяной», «Удмуртские горелки», татарские народные игры «Хлопушки», «В узелок», якутские народные игры «Вестовые», «Невод», игра, народа коми «Стой, олень»,

Социокультурная практика(1 час)

4 КЛАСС

Техника безопасного поведения во время игр (1 час)

Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий.

Игры народов России (32 часа)

Дети продолжают знакомство с обычаями, традициями народов России через народные игры.

Бурятская народная игра «Ястреб и утки», марийская народная игра «Биляша», татарская народная игра «Маляр и краски», бурятская народная игра «Рукавицу гнать», башкирские

народные игры «Жмурки» (в кругах), «Юрта», «Уральский мяч», чувашская народная игра «В цветы», чеченская народная игра «Бег волоча ног», кабардинская народная игра «Повелитель лунки», чувашская народная игра «Шарманка».

Социальная проба (1 час)

Формы организации и виды деятельности учащихся

№	Виды деятельности	Формы организации деятельности
1.	Совместно - распределенная учебная (образовательная) деятельность	Личностно-ориентированные формы (включающие возможность самостоятельного планирования и целеполагания, возможность проявить свою индивидуальность, выполнять «взрослые» функции – контроля, оценки, дидактической организации материала и пр.: <i>работа в малых группах</i>)
2.	Игровая деятельность	Игра-драматизация, игра с правилами, ролевая игра
3.	Спортивная деятельность	Освоение основ физической культуры, знакомство с различными видами спорта, участие в спортивных соревнованиях

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс (33 часа)

№	Тема	Кол-во часов
1	Техника безопасности во время подвижных игр. Подвижная русская народная игра «Золотые ворота»	3
2	Подвижная русская народная игра «Два мороза».	3
3	Подвижная русская народная игра «Третий лишний»	3
4	Подвижная русская народная игра «Салка на одной ноге»	3
5	Подвижная русская народная игра «Горелки»	3
6	Подвижная русская народная игра «У медведя во бору»	3
7	Подвижная русская народная игра «Жмурки»	3
8	Подвижная русская народная игра «Ручеек»	3
9	Подвижная русская народная игра «Кошки – мышки»	3
10	Подвижная русская народная игра «Волк во рву»	3
11	Подвижная русская народная игра «Гуси - лебеди»	3
Всего:		33 часа

2 класс (34 часа)

№	Тема	Кол-во часов
1	Техника безопасности во время подвижных игр. Подвижная русская народная игра «Стадо»	3
2	Подвижная русская народная игра «Ловишки - перебежки»	3
3	Подвижная русская народная игра «Вышибалы»	3
4	Подвижная русская народная игра «Ворота»	3
5	Подвижная русская народная игра «Белые медведи»	3
6	Подвижная русская народная игра «Золотые ворота - круговые»	3
7	Подвижная русская народная игра «Царь горы»	3
8	Подвижная русская народная игра «Змейка»	3
9	Подвижная русская народная игра «Салки»	3
10	Подвижная русская народная игра «Капканы»	3
11	Подвижная русская народная игра «Повяжу я шелковый платочек»	3
12	Итоговое занятие. Социокультурная практика.	1
Всего:		34 часа

3 класс (34 часа)

№ урока	Тема	Кол-во часов
1	Техника безопасности во время подвижных игр. Башкирская народная игра «Липкие пеньки»	3
2	Башкирская народная игра «Стрелок»	3
3	Марийская народная игра «Бой петухов»	3
4	Удмуртская народная игра «Стой!»	3
5	Удмуртская народная игра «Водяной»	3
6	Удмуртская народная игра «Удмуртские горелки»	3
7	Татарская народная игра «Хлопушки»	3
8	Татарская народная игра «В узелок»	3
9	Якутская народная игра «Вестовые»	3
10	Якутская народная игра «Невод»	3
11	Игра, народа коми «Стой, олень»	3
12	Итоговое занятие. Социокультурная практика.	1
Всего:		34 часа

4 класс (34 часа)

№ урока	Тема	Кол-во часов
1	Техника безопасности во время подвижных игр. Бурятская народная игра «Ястреб и утки»	3
2	Башкирская народная игра «Юрта»	3
3	Марийская народная игра «Биляша»	3
4	Татарская народная игра «Маляр и краски»	3
5	Башкирская народная игра «Уральский мяч»	3
6	Бурятская народная игра «Рукавицу гнать»	3
7	Башкирская народная игра «Жмурки» (в кругах)	3
8	Чувашская народная игра «В цветы»	3
9	Чеченская народная игра «Бег волоча ног»	3
10	Кабардинская народная игра «Повелитель лунки»	3
11	Чувашская народная игра «Шарманка»	3
12	Итоговое занятие. Социальная проба	1
Всего:		34 часа

1 КЛАСС

Тема 1. 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» (3 часа)

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».

Тема 2. Подвижная русская народная игра «Два мороза» (3 часа)

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.

Тема 3. Подвижная русская народная игра «Третий лишний» (3 часа)

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.

Тема 4. Подвижная русская народная игра «Салка на одной ноге» (3 часа)

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.

Тема 5. Подвижная русская народная игра «Горелки» (3 часа)

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.

Тема 6. Подвижная русская народная игра «У медведя во бору» (3 часа)

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».

Тема 7. Подвижная русская народная игра «Жмурки» (3 часа)

Игра проходит на небольшой ограниченной площадке, на которой нет опасных препятствий.

Водящему завязывают глаза, или он просто замуривается. 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.

Тема 8. Подвижная русская народная игра «Ручеек» (3 часа)

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.

Тема 9. Подвижная русская народная игра «Кошки – мышки» (3 часа)

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.

Тема 10. Подвижная русская народная игра «Волк во рву» (3 часа)

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».

Тема 11. Подвижная русская народная игра «Гуси - лебеди» (3 часа)

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.

2 КЛАСС

Тема 1. 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 «Стадо» (3 часа)

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

Пастушок! Пастушок!
Заиграй во рожок!
Гони стадо в поле,
Погулять на воле!

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

Правила:

1. Во время перебежки овцам нельзя возвращаться в тот дом, из которого они вышли.
2. Пастух только заслоняет овец от волка, но не задерживает его руками.

Тема 2. Подвижная русская народная игра «Ловишки - перебежки» (3 часа)

По обеим сторонам площадки проводятся две черты. Группа детей становится на каждой стороне площадки за чертой. На середине между двумя линиями находится ребенок – ловишка. После слов: «Раз, два, три – лови!» - дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит их. Тот, до кого ловишка дотронется, выбывает из игры. После 2 перебежек производится подсчет пойманных и выбирают новых ловишек.

Тема 3. Подвижная русская народная игра «Вышибалы» (3 часа)

Перед началом игры по жребию определяют двух «вышибал». Они становятся на противоположных концах площадки. Остальные дети выстраиваются в ряд на середине площадки, лицом к «вышибале», у которого мяч. «Вышибала» с размаху бросает мяч, пытаясь задеть любого из игроков на середине поля. Если ему это удалось, то такой игрок считается выбывшим из игры: он должен отойти за границы площадки, Мяч, проскочивший мимо игроков, должен поймать другой «вышибала»: теперь его очередь бросать.

Правила:

1. Если «вышибала» бросил мяч недостаточно сильно, то любой игрок может его поймать: он получит дополнительное очко и может вернуть в игру выбывшего ранее игрока или «сохранить жизнь» в случае прямого попадания мяча.
2. Игрок, пытавшийся поймать мяч, но не сумевший удержать его в руках, считается выбывшим.
3. Последние два игрока сами становятся «вышибалами», и игра повторяется вновь.
4. Иногда договариваются, что игроки могут ловить мяч только с отскока.

Тема 4. Подвижная русская народная игра «Ворота» (3 часа)

Все дети разбиваются на пары и становятся лицом друг к другу. Они берутся за руки, которые поднимают высоко над головой, образуя «ворота». Дети из последней пары быстро пробегают под воротами и встают впереди всех, затем бежит следующая пара. Игра заканчивается, когда все дети пробегут под воротами.

Правила:

1. Дети держат друг друга за руки, пробегая под воротами.
2. Нельзя задевать «ворота».

3. Во время игры можно изменять высоту ворот, постепенно «опуская руки»: это значительно усложнит выполнение задания.

Тема 5. Подвижная русская народная игра «Белые медведи» (3 часа)

Двое водящих берутся за руки, а свободными руками стараются «запятнать» бегущих по площадке детей. Пойманные присоединяются к водящим, образуя тройки, четверки и т. д., и помогают водящим. Игра проводится до тех пор, пока не будут пойманы все играющие.

Тема 6. Русская народная игра «Золотые ворота — круговые» (3 часа)

В этой игре половина игроков образует круг, взявшись за руки и подняв их вверх — это круглые ворота. Остальные дети образуют живую цепочку, которая поочередно огибает каждого игрока, стоящего в круге. Дети, изображающие «ворота», повторяют речитативом стих

Золотые ворота
Пропускают не всегда:
Первый раз прощается,
Второй раз — запрещается,
А на третий раз
Не пропустим вас!

На последнем слове дети опускают руки и ловят тех, кто оказался внутри круга.

Пойманные дети образуют вместе с детьми, уже стоявшими в круге, еще больший круг, и игра продолжа-ется. Постепенно цепочка игроков становится все короче, а детей в круге — все больше.

Игра заканчивается, когда вне круга остаются всего несколько детей.

Правила:

1. Нельзя останавливаться перед воротами и не входить в них, если вот-вот должны произнести последние слова стиха. Такие дети тоже считаются пойманными.
2. Дети в цепочке не должны размыкать руки. Если игрок «оторвался» от своей цепочки и остался один, то он тоже считается пойманным.

Тема 7. Подвижная русская народная игра «Царь горы» (3 часа)

Эта игра может проводиться там, где есть крутая невысокая горка. Лучше всего организовать игру зимой, когда и снега много, и падать с такой горки не опасно. Наперегонки дети бросаются к снежной горке, и тот, кто заберется на нее первым, гордо выкрикивает: «Я — царь горы!». Но не тут-то было! Остальные дети стараются тоже забраться на горку и, вышпихнув с нее «царя горы», каждый хочет оказаться на заветном пяточке. Шутливая борьба продолжается!

Правила:

1. Количество игроков не должно превышать 10— 12 детей одновременно, остальные дети могут просто «болеть» за победителя, поддерживая его аплодисментами и скандированием.
2. Нельзя бороться по-настоящему, можно только весело толкаться и отпихиваться.

Тема 8. Подвижная русская народная игра «Змейка» (3 часа)

Все дети берут друг друга за руки, образуя живую цепь. Ребенок, стоящий первым, становится ведущим. Он начинает бежать, увлекая за собой всех остальных. На бегу ведущий несколько раз должен резко изменить направление движения всей группы: побежать в противоположную сторону, сделать резкий поворот (под углом 90°), закрутить цепочку «змейкой», описать круг и т.д.

Правила:

1. Все дети должны крепко держаться за руки, чтобы «цепочка» не порвалась.
2. Игроки должны точно повторять все движения ведущего и стараться бежать «след в след».

3. Хорошо использовать в игре естественные препятствия: обегать вокруг деревьев, наклоняться, пробегая под их ветками, сбегать по склонам неглубоких оврагов. При игре в помещении можно создать «полосу препятствий» из больших кубиков или спортивных предметов (обручей) кеглей, гимнастических скамеечек).

4. Игру можно остановить», если «цепочка» порвалась, и выбрать нового ведущего.

Тема 9. Подвижная русская народная игра «Салки» (3 часа)

Перед началом игры надо выбрать водящего («салку»). По команде все дети кидаются врассыпную, а водящий начинает гоняться за одним из детей. Догнав убегающего ребенка и коснувшись его рукой, водящий произносит: «Я тебя осалил!» Теперь этот ребенок становится водящим и должен «осалить» другого.

Правила:

1. Водящий гоняется только за одним ребенком из группы.
2. Остальные дети, бегая по площадке, следят за сменой водящих и должны убежать врассыпную от нового водящего.

Тема 10. Подвижная русская народная игра «Капканы» (3 часа)

Для этой игры выбирается несколько игроков, которые встают парами, лицом друг к другу. Они берутся за руки и поднимают их вверх, как и при игре «ворота»: теперь — это «капканы». «Капканы» должны быть расставлены по игровому полю равномерно. Остальные дети бегают, свободно пробегая через «капканы», пока они открыты.

Неожиданно «капканы» закрываются: водящие опускают руки (сигналом может служить свисток судьи или прекращение музыки). Те дети, которые в этот момент пробежали через капканы, оказываются в ловушке.

Пойманные игроки и дети, изображавшие в игре «капканы», берутся за руки и становятся в круг, поднимая сомкнутые руки вверх. Остальные игроки образуют «цепочку», которая змейкой вьется по кругу, пробегая через «капканы». «Капканы» закрываются снова, и опять некоторые дети оказались в ловушке: теперь внутри круга.

Правила:

1. Игра продолжается до тех пор, пока на свободе не останется всего несколько детей.
2. Игру можно повторять 2—3 раза, заменяя «капканы».
3. В конце игры надо отметить самых ловких игроков и самый удачливый «капкан».

Тема 11. Подвижная русская народная игра «Повяжу я шелковый платочек» (3 часа)

Дети делятся на команды. На двух стойках, между которыми натянута веревка, висят на нитках 10-15 надувных шаров, которые разрисованы под матрешек. У каждого игрока небольшой платочек, который необходимо по сигналу повязать на шар. Побеждает та команда, которая быстрее повяжет платочки.

Тема 12. Итоговое занятие. Социокультурная практика (1 час)

Организация и проведение игр, соревнований, состязаний по изученным играм. Создание игровых правил. Создание правил безопасности в разных ситуациях.

3 КЛАСС

Тема 1. 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.

Детям предлагаются игры, которые помогут им познакомиться с условиями жизни, обычаями и традициями разных народов России.

Башкирская народная игра «Липкие пеньки» (3 часа)

Три-четыре игрока садятся на корточки как можно дальше друг от друга. Они изображают липкие пеньки. Остальные играющие бегают по площадке, стараясь не подходить близко к пенькам. Пенечки должны постараться коснуться руками («ветками») пробегающих мимо детей. Если им это удалось, то пойманный ребенок становится водящим, и теперь сам должен ловить («приклеивать») веселых бегунов.

Правила:

1. Пеньки не должны вставать с мест.

2. Нельзя ловить игроков за одежду.

Тема 2. Башкирская народная игра «Стрелок» (3 часа)

Проводятся две параллельные линии на расстоянии 10–15 м друг от друга. В середине между ними чертится круг диаметром 2 м. Один игрок – стрелок. Он с мячом в руках стоит в кругу. Остальные игроки начинают перебежку от одной линии к другой. Стрелок старается попасть в них мячом. Тот, в кого попал, становится стрелком.

Правила игры:

В начале игры стрелком становится тот, кто после внезапной команды «Сеть!» присел последним. Момент броска мяча определяется самим стрелком. Мяч, брошенный мимо, игроки перебрасывают стрелку. Если игрок поймал мяч, брошенный в него, то это не считается попаданием.

Тема 3. Марийская народная игра «Бой петухов» (3 часа)

Все игроки должны разделиться на пары так, чтобы дети одного возраста и примерно равные по силам оказались друг напротив друга. Затем команды выстраиваются в две шеренги, одна напротив другой, так, чтобы каждый ребенок оказался напротив своего соперника. Дети становятся на одну ногу; другую ногу, согнутую в колене, держат за спиной обеими руками. По команде все дети начинают прыгать на одной ноге по направлению к своим соперникам, выставив вперед плечо. Сблизившись, противники толкают друг друга плечом, отскакивают и снова с разбега сталкиваются. Если во время петушиного боя игрок потеряет равновесие и встанет на обе ноги или обопрется на руку, чтобы не упасть, то он считается проигравшим, и пара выходит из игры. Когда все пары закончат состязаться, по дочикувается, сколько игроков из каждой команды стали победителями в бою петухов. Так определяется команда-победительница.

Правила:

1. Толкаться можно только плечом в плечо, другие удары запрещены.

2. Можно толкать только своего соперника по паре.

Тема 4. Удмуртская народная игра «Стой!» (3 часа)

Выбирают водящего, остальные дети становятся вокруг него. Они начинают перебрасывать мяч друг другу над водящим, но не очень высоко. Водящий пытается перехватить мяч на лету или в руках у любого игрока. Если ему это удалось, то на место водящего становится игрок, который последним держал мяч в руках до того, как его коснулся водящий.

Если во время игры мяч упадет, то все игроки быстро разбегаются в разные стороны, пока водящий не успел схватить мяч с земли. Как только мяч окажется в руках у

водящего, он кричит: «Стой!» Все замирают на своих местах. Водящий бросает мяч с того места, где он его подобрал, в любого игрока. Если он попадет в свою «цель», то этот игрок становится водящим. Если водящий промахнется, все игроки опять становятся вокруг него, и игра с перебрасыванием мяча продолжается.

Правила:

1. Мяч в этой игре кидают только стоя неподвижно на месте, а вот ловить его можно и передвигаясь.
2. Если после крика: «Стой!» игрок, в которого кинули мяч, шевельнется, он становится водящим, даже если мяч в него не попал.

Тема 5. Удмуртская народная игра «Водяной» (3 часа)

Очерчивают круг – это «пруд» или «озеро». Выбирается водящий – «водяной». Играющие бегают вокруг «озера» и повторяют слова: «Водяного нет, а людей-то много». «Водяной» бегают по кругу и ловит играющих, которые подходят близко к «берегу». Пойманные остаются в кругу. Игра продолжается до тех пор, пока не будет поймано большинство игроков.

Правила:

1. «Водяной» ловит, не выходя за линию круга.
2. «Ловишками» становятся и те, кого поймали. Они помогают «водяному».

Тема 6. Удмуртская народная игра «Удмуртские горелки» (3 часа)

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

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

Правила:

1. Сигналом к началу бега для каждой пары является поднятие ведущим платка вверх, над головой.
2. Водящий не должен протягивать платок навстречу одному из игроков, а должен держать его в высоко поднятой руке.
3. Если подбежавшие игроки одновременно схватились за платок, то водящий остается, а эта пара становится впереди колонны.
4. Игрокам нельзя силой вырывать платок друг у друга.

Тема 7. Татарская народная игра «Хлопушки»(3 часа)

На противоположных сторонах площадки отмечаются двумя параллельными линиями два «города». Расстояние между ними – 20 – 30 метров. Все дети выстраиваются у одного из «городов» в одну шеренгу: левая рука на поясе, правая вытянута вперед ладонью вверх. Выбирается водящий. Он подходит к стоящим у «города» и произносят слова:

Хлоп да хлоп! – Сигнал такой,
Я бегу, а ты за мной!

С этими словами водящий легко хлопает кого-нибудь по ладони. Водящий и запятнанный бегут наперегонки к противоположному «городу». Кто быстрее добежит. Тот останется в новом «городе», а отставший становится водящим.

Правила:

1. Пока водящий не коснется чьей-нибудь ладони, бежать нельзя.
2. Во время бега игроки не должны задевать друг друга.

Тема 8. Татарская народная игра «В узелок» (3 часа)

Для этой игры можно использовать мяч средних размеров, но лучше играть так, как играли в старину: платком или шарфом, завязанным в узелок.

Водящий должен отойти на несколько шагов от остальных детей, которые стоят или усаживаются в кружок. Расстояние между детьми должно быть примерно 1,5—2 м.

Игроки перекидывают узелок (или мяч) по кругу, своим соседям слева или справа, а водящий бегаёт за кругом и пытается его поймать. Если ему удастся хотя бы коснуться узелка на лету или в руках у одного из игроков, то игрок, не сумевший защитить узелок, становится водящим. Игра продолжается.

Правила:

1. Водящий может находиться только вне круга и оттуда пытаться поймать мяч.
2. Нельзя прятать узелок от водящего, надо как можно быстрее перебрасывать его своему соседу.
3. Нельзя перебрасывать узелок не соседям, а, например, ребенку напротив, если это не было специально обговорено до начала игры.

Тема 9. Якутская народная игра «Вестовые» (3 часа)

На бескрайних просторах Крайнего Севера, где давным-давно зародилась эта игра, вести передавались специальными людьми — вестовыми. Они ездили на оленях или собачьих упряжках, а сами «письмена» еще до освоения письменности народами Севера изготавливались с помощью узелков на связках тесемок из тонких полосок кожи или веревок. Для игры понадобятся две такие связки тесемок с узелками.

Перед началом игры дети делятся на две команды и разбиваются в них по парам. В каждой паре один ребенок будет «вестовым», а другой «оленем». В помещении или на площадке обозначается место для двух «столбов». Вокруг каждого «столба» должны обегать игроки определенной команды, причем первым должен бежать «олень», а сзади, не отставая от него ни на шаг, бежит «вестовой» из этой пары игроков. Игра проводится в виде эстафеты: каждый вестовой вместе со своим оленем «скачет» к столбу, обегает его вокруг по часовой стрелке два раза и быстро возвращается к своей команде. Там он отдает свою связку тесемок («письмо») следующей паре игроков, и новый «вестовой» с «оленем» опять пускается в путь.

Выигравшей считается команда, чьи «вестовые» первыми вручат «письмо» судьбе по окончанию пути.

Правила:

1. «Вестовой» не должен обгонять своего «оленя».
2. Надо обязательно сделать два круга возле столба.
3. Следующий «вестовой» не имеет права выбегать навстречу игрокам своей команды, возвращающимся с «письмом».

Тема 10. Якутская народная игра «Невод» (3 часа)

В «Невод» играют дети младшего и среднего школьного возраста. Игра проводится на воздухе или в просторном помещении. Количество участников - от 5 до 40 человек.

Очерчивают площадку примерно следующего размера: длина 20-30 м, ширина 10-15 м. Налевой и правой сторонах площадки выделяются места для спасения «рыб» («кэнэни»), ограниченные линиями по ширине площадки. Остальная площадь - «вода», по которой плывут «рыбы» («туона»).

В начале игры все участники делятся на «рыб» (2/3 играющих) и на «невод» (1/3). «Рыбы» находятся в «кэнэни» на одной стороне; играющие, изображающие невод, берутся за руки, образуя цепь. По сигналу «рыбы» начинают заходить в «туона», перебегать на другую сторону или бегать по «туона». Изображающие невод бегут к ним, сохраняя цепь, стараются окружить любую «рыбу» или несколько «рыб». Когда руки двух крайних игроков в цепи «невода» сомкнутся, образуя кольцо, все «рыбы», оказавшиеся в нем, считаются пойманными и выходят из игры. Так играют до тех пор, пока не останется 2-3 «рыбы». Они становятся «неводом», и игра начинается сначала.

Правила.

1. Игроки, изображающие невод, не имеют права выходить за линию «туона» и ловить там «рыб».

2. Ловля «рыб» «неводом» разрешается и в том случае, если какая-либо «рыба» упадет. Но все действия «невода», вызывающие падение «рыбы», запрещаются.

3. «Рыбы» не имеют права находиться (больше 10 с) долго в «кэнэни».

4. Разрывать цепь игрокам, изображающим невод, при ловле «рыб» не разрешается. В противном случае пойманные «рыбы» отпускаются на волю.

Тема 11. Игра, народа коми «Стой, олень» (3 часа)

Эта игра очень популярна у народов Крайнего Севера, в ней игроки могут испытать свои качества в роли оленей. Игра проводится на улице или в большом спортзале, где до начала игры специально отгораживаются границы «пастбища». Водящий («пастух», «охотник»), который определяется по жребию или считалке, должен поймать за игру нескольких «оленей».

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

Правила:

1. Надо лишь касаться игрока палочкой, а не ударять его.

2. Игроки, выбежавшие за пределы площадки, считаются пойманными.

Тема 12. Итоговое занятие. Социокультурная практика. (1 час)

Организация и проведение игр, соревнований, состязаний по изученным играм. Создание игровых правил. Создание правил безопасности в разных ситуациях.

4 КЛАСС

Тема 1. 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.

Дети продолжают знакомство с обычаями, традициями народов России через народные игры.

Бурятская народная игра «Ястреб и утки» (3 часа)

Игра проводится на улице. Необходимо разделить участок на несколько зон: «камышы», «озеро». «Озеро» — это очерченная зона произвольной формы на одном из противоположных концов поля. На другом конце поля располагается «ястреб» — это ведущий, который будет ловить «уток». «Утки» должны по команде убегать от «ястреба», по дороге к «озеру» прячась в «камышках». «Камыши» — это несколько игроков, которые располагаются в произвольном порядке на расстоянии 1—1,5 м друг от друга на пути «уток» к «озеру». «Утки» спасаются сначала среди «камышей», а потом — в «озере», где «ястреб» уже не может их ловить. Если «ястреб» сумел «осалить» нескольких уток, то они считаются пойманными и выходят за пределы игрового поля. «Ястреб» продолжает ловить уже меньшее количество «уток». «Ястреб» побеждает, если сумел поймать всех «уток».

Правила:

1. «Камыши» не должны сходить с места или ловить кого-нибудь из игроков руками.
2. «Камыши» могут раскачиваться, стоя на месте, и таким образом мешать «ястребу» ловить «уток».
3. Каждая «утка» обязана поплутать в «камышках», а не сразу бежать к «озеру», где она будет в полной безопасности.

Тема 2. Башкирская народная игра «Юрта»(3 часа)

В игре участвуют четыре подгруппы детей, каждая из которых образует круг по углам площадки. В центре каждого круга стоит стул, на котором повешен платок с национальным узором. Взявшись за руки, все идут четырьмя кругами переменным шагом и поют:

Мы, веселые ребята,
Соберемся все в кружок
Поиграем, и попляшем,
И помчимся на лужок.

На мелодию без слов ребята переменным шагом перемещаются в общий круг. По окончании музыки они быстро бегут к своим стульям, берут платок и натягивают его над головой в виде шатра (крыши), получается юрта.

Правила: С окончанием музыки надо быстро подбежать к своему стулу и образовать юрту. Выигрывает группа детей, первой построившая юрту.

Тема 3. Марийская народная игра «Биляша» (3 часа)

Игроки делятся на две команды, которые выстраиваются одна напротив другой вдоль параллельных линий, нарисованных на расстоянии нескольких метров друг от друга. Если игра проводится в зале, то для обозначения границ двух линий можно использовать противоположные стороны ковра или широкой ковровой дорожки. По жребию решается, какая команда начинает игру. Один из игроков этой команды с криком: «Биляша!», направляется к шеренге противников. Дети из другой команды ждут его приближения, каждый ребенок вытягивает вперед свою правую руку. Водящий хватает за руку любого игрока и пытается перетянуть его на сторону своей команды, а тот упирается изо всех сил.

Если водящему удалось перетянуть игрока из другой команды за линию своей команды, то он берет его в плен и ставит позади себя.

Теперь игрок из другой команды может попробовать свои силы. Если он сумеет перетянуть на свою сторону игрока, за чьей спиной стоит пленник, то это будет двойная победа: он освободит члена своей команды и захватит противника. Игра продолжается, пока одна из команд не захватит определенное количество пленников или всю команду противников.

Правила:

1. Нельзя прятать руки за спину, таким образом, сопротивляясь захвату.
2. Тянуть к себе игрока можно любой рукой, но только не двумя руками сразу.
3. Игроки могут поддерживать сопротивляющегося члена своей команды только возгласами или скандированием.
4. Пленником считается игрок, переступивший за черту другой команды обеими руками.

Тема 4. Татарская народная игра «Маляр и краски» (3 часа)

Перед началом игры выбирают водящего («маляра») и «хозяйку красок». Остальные дети становятся «красками», каждый ребенок выбирает себе собственный цвет, но так, чтобы «маляр» не услышал его названия.

Водящий («маляр») обращается к «хозяйке красок»: «Бабушка, бабушка, я пришел за краской. Разрешите взять?» — «У меня красок много, — отвечает «хозяйка красок», — какую тебе?»

Все «краски» сидят рядышком на лавке и ждут, какой цвет назовет «маляр». Названная «краска» должна вскочить с лавки и успеть добежать до противоположного конца комнаты или площадки, где можно будет укрыться за специально начерченной линией.

«Маляр», называя «краску», не знает, есть ли она у «хозяйки» и какой это игрок. Он должен постараться угадать нужный цвет, а затем или успеть поймать убегающую «краску», или хотя бы «осалить» ее. Обычно «маляр» по условиям игры должен собрать не менее пяти красок. Тогда можно выбирать другого «маляра», «хозяйку красок», присвоить «краскам» новые имена и начинать игру снова.

Правила:

1. Маляр не должен ловить «краску», когда она еще только поднимается со стула.
2. Нельзя двум игрокам выбирать название одной «краски».

Тема 5. Башкирская народная игра «Уральский мяч» (3 часа)

Сейчас в эту игру играют небольшим резиновым мячом, а раньше играли мячом, скатанным из шерсти.

На игровой площадке чертят три параллельные линии на расстоянии около 10 м друг от друга: первая линия — это линия бросания мяча, вторая — это средняя линия, третья — это линия обхода.

Игроки делятся на две команды: «пастухов» и «метальщиков» мяча. Первый «метальщик» становится за линией бросания, подкидывает мяч над собой и с силой бьет по нему рукой так, чтобы он отлетел за третью линию. Затем он должен сразу же сам бежать за эту линию и быстро возвращаться назад, за линию бросания. Выбитый им мяч ловят «пастухи». Если они успеют поймать мяч и вернуть его за линию бросания, пока бросавший мяч игрок еще туда не вернулся, то этот игрок должен остановиться на том месте, до которого он успел добежать, когда мяч вернули за линию бросания. Если игрок сумел опередить «пастухов», он получает право на дополнительное выбивание мяча в поле. Затем по мячу бьет следующий игрок из команды «метальщиков».

Если все «метальщики» были остановлены в поле, то их строят на специальной линии, которую называют «мостик из одного волоска»: эту прерывистую линию чертят посередине между линией обхода и средней линией.

Самый меткий «пастух» (это определяют игроки его команды) становится с мячом на линии бросания и предлагает любому из «метальщиков» по своему выбору бежать в любую сторону. «Пастух» должен будет попасть в бегущего мячом. Если ему это удастся, то все «пастухи» становятся «метальщиками», в случае промаха игра повторяется снова.

Правила:

1. «Метальщики» бросают мяч по очереди, не переступая ногой через линию бросания.
2. «Пастухи» могут ловить мяч или поднимать его с земли.
3. Чтобы быстрее вернуть мяч за линию бросания, «пастухи могут передавать его друг другу.

Тема 6. Бурятская народная игра «Рукавицу гнать» (3 часа)

Выбирают водящего и садятся вокруг него тесным кругом или напротив ведущего на лавке, но тоже так тесно, чтобы не было зазоров между сидящими. Руки все игроки держат за спиной. У одного из игроков в руках рукавица. Он начинает громко нараспев приговаривать: «Рукавицу гони!», одновременно передавая рукавицу своему соседу. Тот, в свою очередь, громко подхватывает песню и как можно быстрее передает рукавицу дальше. Водящий указывает на игрока, который должен показать свои руки. Если в них рукавица, то проигравший становится водящим, если — нет, то игра продолжается.

Правила:

1. Поет только тот, у кого рукавица.
2. Нельзя пытаться задержать у себя рукавицу, надо быстро передавать ее следующему игроку, который тут же начинает петь. Так создается эффект «какофонии», когда несколько игроков поют одновременно, с небольшой задержкой по времени.
3. Если водящий правильно указал игрока, у которого рукавица, тот не имеет права передавать ее дальше, а должен показать водящему и занять его место.

Тема 7. Башкирская народная игра «Жмурки» (в кругах) (3 часа)

Эту игру можно проводить на улице или в помещении. Необходимо до начала игры заготовить небольшие кружочки, на которые в дальнейшем будут становиться игроки. Рекомендуем вырезать такие кружочки из плотного картона такого размера, чтобы на них можно было устойчиво стоять двумя ногами. Однако можно просто очертить круги мелом на асфальте или палочкой на земле. Главное, чтобы они были хорошо заметны, и количество таких кругов несколько превышало количество игроков.

В центре площадки «раскручивают» водящего с завязанными глазами, чтобы он потерял ориентацию и не знал, в какую сторону он идет. По команде взрослого водящий идет наугад, а другие игроки перебегают из кружка в кружок до тех пор, пока водящий не подойдет вплотную к одному из них. Тогда все «замирают», а водящий должен в полной тишине попытаться на ощупь найти, где спрятался игрок. Ребенок, которого ловят, может присесть, наклониться в сторону, но ни при каких обстоятельствах не сходить с круга. Если он не смог удержать равновесия и заступил за круг, он считается проигравшим.

Если водящий сумел найти игрока, стоящего на круге, то он должен еще определить на ощупь, кого он поймал. Если это ему удалось, то этот игрок становится водящим.

Правила:

1. Все дети могут опять перебежать с кружка на кружок, шуметь, хлопать в ладоши, только до того момента, пока водящий не подошел вплотную к игроку «в кружке».
2. Ребенок, который попытался убежать или просто не удержал равновесие (сдвинулся с места), когда «водящий» вплотную подошел к его кружку, сам становится водящим.

Тема 8. Чувашская народная игра «В цветы» (3 часа)

В эту игру чувашские дети и подростки играли еще в начале века. Играют в нее и сейчас, обычно летом на небольшой ровной площадке или в зале. Участвует в ней 15 и более человек (нечетное количество).

Половина играющих сидит на корточках по кругу. За спиной каждого стоит игрок. Водящий ходит за кругом и спрашивает у одного из стоящих игроков: «Сколько у тебя цветов?» Тот называет число. Какое число названо, столько раз оба они обегают круг, но бегут при этом в разные стороны. Тот, кто быстрее вернется на прежнее место, касается сидящего игрока и встает позади него, а опоздавший становится водящим.

Правила:

1. Два игрока начинают бег по кругу одновременно. Остальные играющие не должны их задерживать.
2. О максимальном количестве кругов договариваются заранее. Стоящие в кругу могут хором считать, сколько кругов пробежали игроки.
3. Сидящие на корточках могут (по договоренности) меняться местами со стоящими.

Тема 9. Чеченская народная игра «Бег волоча ног» (3 часа)

Условия труда горца требуют умения хорошо ходить в горах, в лесу. Это умение особенно важно было при перегоне отар, стад и табунов с одного места на другое по склонам крутых гор, в любое время года и в любую погоду. Игра «Бег волоча ногу» представляет собой игру-соревнование, хорошо развивающую такое умение. Играют дети школьного возраста, от 6 до 40 человек.

Рис. Бег волоча ногу



Участники делятся на две команды: «охотников» и «зверей». Каждый «охотник» выбирает себе партнера из команды «зверей» и играет с ним до конца игры. На площадке проводятся три параллельные линии. Первая из них - старт для «охотников», вторая - старт для «зверей», третья - финиш. Расстояние между линиями зависит от размера площадки и состава играющих. «Охотники» и «звери» принимают на старте исходное положение: упор присев, одна нога в сторону (рис. 1). По сигналу начинается бег (на руках и одной ноге, волоча вторую ногу) «охотников» и «зверей». Каждый «охотник», крича: «Лови! Догоняй!», - стремится до финишной линии догнать своего партнера-«зверя». Непойманные «звери», а также догнавшие своих «зверей» «охотники» считаются победителями. Проигравшие катают победителей на спине условленное расстояние.

Правила:

1. «Охотник» или «зверь», начавший бег с линии старта до сигнала руководителя (вожака) игры, считается проигравшим.
2. Ловить можно только до линии финиша.
3. Игрок, изменивший во время бега положение упор присев одна нога в сторону, считается проигравшим.

Тема 10. Кабардинская народная игра «Повелитель лунки» (3 часа)

Если игра проводится на улице, тогда в центре площадки радиусом примерно 15 м выкапывают лунку, в которую кладут мяч. Если игра проводится в спортзале, то можно расположить мяч в середине очерченного центра поля. «Повелитель лунки» отходит к краю игрового поля. Остальные игроки располагаются вокруг мяча на расстоянии 2—4 м от него (от величины этого расстояния зависит сложность игры). «Повелитель лунки» громко выкрикивает имя любого игрока, тот бежит к мячу и пытается догнать игроков, которые враспынную разбегаются по площадке. Водящий должен обязательно попасть мячом в одного из игроков. Тогда этот игрок выбывает из игры. А в случае промаха выбывает сам водящий. Остальные игроки опять становятся вокруг лунки с мячом, и

«повелитель лунки» выкрикивает имя следующего водящего. Последний игрок, оставшийся в игре, объявляется «повелителем лунки».

Правила:

1. Засчитывается только прямое попадание мяча.
2. Водящий может кидать мяч в игре только один раз.
3. Нельзя выбегать за пределы площадки, игрок, сделавший это, выбывает из игры.

Тема 11. Чувашская народная игра «Шарманка» (3 часа)

Эта своеобразная игра распространена сейчас в большинстве районов республики в самых разных вариантах. Играют на асфальтированной или хорошо утоптанной площадке размером 4X10 м, разделенной поперек чертой на две равные части. Играют ребята 4-8-х классов, по 10-12 человек, обычно без специальных организаторов и судей. Для игры требуется небольшой резиновый мяч.



Играющие располагаются поровну на каждой стороне площадки (рис. 2, А), установив, кто за кем бьет. После этого первый игрок команды № 1 бьет мяч рукой так, чтобы он, ударившись на своей стороне площадки, перелетел на другую половину и ударился там один раз. После этого первый игрок команды № 2 должен сразу перебить мяч на противоположную сторону (рис. 2, Б). После этого мяч отбивает уже второй игрок из команды № 1. Первый игрок, ударив мяч, перебегает на противоположную сторону площадки и ждет своей очереди отбивать Мяч (см. рис. 2, В), после чего снова переходит на другую сторону. Если он не попал мячом на противоположную площадку или допустил двойной удар на своей, то получает 1 очко (получивший 3 очка выбывает из игры). Постепенно игроков остается все меньше и меньше, а перебегать приходится все чаще и чаще. Игроки начинают крутиться, как «шарманка». Отсюда, вероятно, произошло название игры. Так играют, пока не останутся только 2 игрока, которые уже не перебегают, а просто играют до получения 3 очков (на победителя). Игра повторяется. Победитель прошлой игры имеет 1 запасное очко и выбывает из игры, получив 4 штрафных очка.

Правила:

- 1.Перебегают с одной стороны площадки на другую только против часовой стрелки.
- 2.Ударять мяч можно всеми частями тела, но обычно делают это только руками.
- 3.Очки начисляются, как в настольном теннисе.

Тема 12. Итоговое занятие. Социальная проба. (1 час)

Организация и проведение игр, соревнований, состязаний по изученным играм. Создание игровых правил. Создание правил безопасности в разных ситуациях.