

Пояснительная записка

Актуальность. В наше стремительное время, когда в сознание ребенка поступает огромное количество информации, электроника и интернет становятся абсолютной нормой жизни, призванные упростить наше существование. Интернет-общение позволяет, не выходя из дома общаться, практически, с любым человеком. Это ведет к малоподвижному образу жизни, что негативно сказывается на здоровье и развитии личности в целом. Для разрешения сложившегося противоречия, была создана программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления, которая предлагает сформировать интерес к живому общению у обучающихся и родителей. И сделать это надо в такой форме, которая бы не носила характер принуждения – эта форма – дворовые игры. Программа позволит компенсировать дефицит живого общения, самореализоваться и накопить опыт коллективных переживаний, поможет решить проблему занятости свободного времени детей, развития физических качеств, сформировать правильное отношение к здоровому образу жизни. Подвижные игры оказывают благоприятное воздействие на сердечно - сосудистую, мышечную, дыхательную и другие системы организма. Игры способствуют развитию внимательности, сообразительности, ловкости, быстроты, силы, выносливости, а коллективные игры – воспитанию дружбы и товарищества. В подвижных играх эти качества у детей развиваются в комплексе.

Вид программы внеурочной деятельности «Игры нашего двора» - модифицированный.

Цель: формирование коллективизма и самореализация обучающихся посредством изучения подвижных игр во дворе.

Задачи программы

Воспитательные:

- формировать умение работать в коллективе, оказывать взаимопомощь;
- формировать основы здорового образа жизни;

Развивающие:

- развивать двигательную активность и необходимые физические качества (силу, ловкость, выносливость, быстроту)
- развивать логическое мышление, находчивость, волю и стремление к победе.

Обучающие:

- учить правилам игры;
- обучать ставить общую цель и пути её достижения;
- обучать распределять функции и роли в совместной деятельности;
- учить организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и соревнования, осуществлять их объективное судейство.

Программа внеурочной деятельности «Игры нашего двора» соответствует целям, принципам и ценностям, отраженным в основной образовательной программе и воспитательной системе нашего образовательного учреждения.

Программа внеурочной деятельности разработана на основании следующих нормативных документов:

- ФГОС начального образования, утвержденный Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 года N 373;
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, 2009 год;
- Закон об образовании РФ .

Межпредметные связи программы внеурочной деятельности.

Нельзя не использовать межпредметные связи в программе внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Игры нашего двора», так как многие темы других предметов по своему содержанию достаточно тесно соприкасаются с темами данного курса.

Связь с математикой. С определёнными математическими понятиями на начальном этапе обучения учащиеся знакомятся при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три- (параллельные прямые), в круг -(окружность) и т.д. Счет предметов, сравнение предметов, устные вычислительные приемы и т.д.

Связь с литературой. В процессе игры дети знакомятся с русским народным творчеством: закличками, считалками, песнями, прибаутками, поговорками.

Связь с окружающим миром. Для характеристики того или иного периода школьникам напоминают исторические события этого периода, объясняют историческую обусловленность взглядов, идей. Важно познакомить учащихся с жизненными процессами организма не только в состоянии покоя, но и во время мышечной деятельности.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Игры нашего двора» предназначена для обучающихся 5-х классов. Реализация программы осуществляется посредством двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание, мышление, творческая самостоятельность.

Занятия проводятся на улице, в спортивном зале после всех уроков основного расписания продолжительностью 40 минут.

Форма организации деятельности: индивидуально-групповая- коллективная.

Данная программа реализуется на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде:

- беседы,
- творческих заданий,
- подвижных игр,
- народных оздоровительных игр,
- прогулок,
- спортивно-оздоровительных часов,
- физкультурных праздников,
- спортивных соревнований.

Форма проведения занятий: практическое, соревновательное. Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Количество часов программы внеурочной деятельности и их место в учебном плане.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Игры нашего двора» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 0,5 часа в неделю — 17 часов в год.

Предполагаемые результаты освоения программы

Личностные	Метапредметные	Предметные
1. формирование интереса к	<u>Познавательные:</u>	1. <u>Дети будут знать</u>

подвижным играм во дворе 2.формирование дисциплины и ответственности; приобретение лидерских качеств 3.осознание двигательной активности для формирования здорового образа жизни	добывает новые знания, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии <u>Регулятивные:</u> проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе проговаривает последовательность действий во время занятия; учиться работать по определенному алгоритму. <u>Коммуникативные:</u> умеет работать в коллективе, умеет общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности и взаимопомощи	Все виды дворовых игр, правила игры 2. <u>Дети будут уметь</u> играть по правилам. 3. <u>Дети будут</u> организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры, соревнования, осуществлять их объективное судейство.
--	---	---

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

Способы осуществления контроля: без оценочный;

Текущий контроль - наблюдение учителя, осуществляется через проектную деятельность и отражается в содержании альбома «Коллекция игр и считалочек» каждого ребенка;

Итоговый контроль: праздник «Мои любимые игры»;

- проекты, созданные учащимися в рамках освоения программы,
- участие учащихся в праздниках, конкурсах, викторинах, выставках, проводимых образовательным учреждением,
- проведение в конце года спортивного праздника, с привлечением родителей.

Тематический план

№	Тема	Количество часов		
		Всего	теория	практика
1	Раздел: Понятие игра. Виды игр.	1	1	1
1.1	История игры и значение игры.		0.5	0.5
1.2	Правила игры. Дворовые игры.		0.5	0.5
2.	Раздел: Игры с предметами	3		1
2.1	Игры с мячом			
2.2	Игры со скакалкой			
2.3	Обобщение по разделу			
3	Раздел: Игры без предметов	6		2
3.1	Игры с прыжками			
3.2	Игры с бегом			

3.3	Поисковые игры			
3.4	Игры малой подвижности.			
3.5	Обобщение по разделу.			
4	Раздел: Зимние игры	2		1
4.1	Зимние забавы	1	0,5	1
4.2	Обобщение по разделу	1	0,5	1
5	Раздел: Игры наших родителей	1		1
5.1	Игры наших родителей		0,5	1
5.2	Обобщение по разделу		0,5	1
6	Праздник игры «Мои любимые игры»	1		1
7	Проект альбом считалок, игр	1		1
	Итого:	17	3	14

Календарно-тематическое планирование 5 «Д» класс

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения		Форма	Вид деятельности
		План	Факт		
1	Раздел: Понятие «Игра»				
1	Что такое дворовая игра? <u>Теория.</u> История игры и значение для здорового образа жизни. Инструктаж по технике безопасности на занятиях. <u>Практика.</u> Анализируют опрос обучающихся в какие игры они играют во дворе. Обсуждение инструктажа.			Беседа. Презен-тация по технике безопасности.	Диалог. Обсуждение инструктажа, беседа.
2	Тема. Правила игры. <u>Теория</u> Знакомство с правилами игры: выбор игры, выбор места для игры, подготовка инвентаря для подвижных игр. <u>Практика</u> Распределение на команды, используя считалочки, судейство игры, подведение итогов игры.			Электронная презента-ция Практи-ческая деятель-ность	Диалог (какую выбрать игру, подобрать площадку для игры, инвентарь) Создать памятку по правилам игры. Подобрать считалки.

2	Раздел: Игры с предметами				
3	Тема: Игры со скакалкой <u>Теория.</u> Как правильно подобрать скакалку по росту. <u>Практика:</u> Игра «Выручалочки» Игра «Зеркало» Игра «Имена» Игра «Кто больше?»			Аналитическая деятельность. Практическая деятельность.	Примеряем скакалку по росту. Разучивание игры. Судейство игры.
4	Тема: Игры с мячом. Теория. История возникновения игр с мячом. <u>Практика.</u> Разучивание игр: Игра «Штандер-стоп!» Игра «Салка с мячом» Игра «Чей отскок дальше»			Аналитическая деятельность. Практическая деятельность	Просмотр фильма. Подбор мячей по размеру для игры. Разучивание игры. Судейство игры.
5	Тема: Обобщение по разделу: <u>Теория:</u> «Какие игры мне понравились?» <u>Практика.</u> Проведение выбранной игры			Аналитическая деятельность. Практическая деятельность.	Диалог Оформление игры по правилам для создания своего альбома «Коллекция игр и считалок»
3	Раздел: Игры без предметов.				
6	Тема: Игры с бегом Теория. Влияние бега на здоровье. <u>Практика:</u> Игра «Третий лишний» Игра «Пустое место» Игра «Колдунчики»			Аналитическая деятельность. Практическая деятельность.	Диалог

7	<p>Тема: Игры с прыжками <u>Теория.</u> Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. <u>Практика:</u> Игра «Салка на одной ноге» Игра «Купи бычка» Игра «Кто дальше» Игра «Классы»</p>			<p>Аналити-ческая деятель-ность. Практи-ческая деятель-ность</p>	<p>Диалог Разучивание игры. Судейство игры.</p>
8	<p>Тема: Игры малой подвижности. <u>Теория.</u> Правильная осанка и её значение для здоровья <u>Практика</u> Игра «Испорченный телефон» Игра «Садовник» Игра «Съедобное -несъедобное»</p>			<p>Аналитическая деятельность. Практическая деятельность</p>	<p>Беседа об осанке. Разучивание игры. Судейство игры.</p>
9	<p>Тема: Обобщение по разделу: <u>Теория:</u> «Какие игры мне понравились?» <u>Практика.</u> Проведение понравившейся игры</p>			<p>Аналитическая деятельность. Практиче- ская деятельность</p>	<p>Диалог Оформление игры по правилам для создания своего альбома «Коллекция игр и считалок»</p>
10	Раздел «Зимние игры»				
11	<p>Тема: Зимние забавы <u>Теория.</u> Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности. <u>Практика</u> Игра «Снежный скульптор». Игра «Саный поезд». Игра «Взятие крепости».</p>			<p>Аналитическая деятельность. Практическая деятельность</p>	<p>Беседа о температурном режиме и подбор одежды, о закаливании, Разучивание игр. Судейство игры.</p>

12	Тема: Обобщение по разделу: <u>Теория:</u> «Какие игры мне понравились?» <u>Практика.</u> Проведение понравившейся игры.			Аналитическая деятельность. Практическая деятельность	Диалог Оформление игры по правилам для создания своего альбома «Коллекция игр и считалок»
13	Раздел: Игры наших родителей <u>Теория.</u> Знакомство с играми прошлых лет. <u>Практика</u> Игра «Резиночка» Игра «Цепи кованные» Игра «12 палочек» Игра «Чай-Чай выручай»			Аналитическая деятельность. Практическая деятельность	Беседа об играх родителей. Узнать в какие игры играли родители. Разучивание игр
14	Тема: Обобщение по разделу: <u>Теория:</u> «Какие игры мне понравились?» <u>Практика.</u> Проведение понравившейся игры.			Аналитическая деятельность. Практическая деятельность	Диалог Оформление игры по правилам для создания своего альбома «Коллекция игр и считалок»
15	Праздник игры «Мои любимые игры» <u>Практика.</u> Составление программы и проведение праздника, разбить команды по интересам, каждый выбирает игру.			Соревновательная деятельность	Организация и участие в празднике.
16-17	Проект «Альбом считалок, игр».			Творческая, практическая деятельность.	Презентация проекта.

Ресурсное обеспечение

Кадровое обеспечение

Занятия по программе ведёт учитель физической культуры, обладающий достаточным опытом работы с детьми.

Информационные ресурсы

Предметные Интернет ресурсы, Цифровые образовательные ресурсы

1. <http://www.fizkult-ura.ru/>
2. info@metodkabinet.eu
3. http://www.school.edu.ru/catalog.asp?cat_ob_no=52
4. <http://festival.1september.ru/articles/subjects/15>
5. <http://www.uroki.net/docnach.htm>
6. <http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=223>

7. http://school-russia.prosv.ru/info.aspx?ob_no=25575

8. <http://www.n-shkola.ru/>

9. <http://russmag.ru/pgroup.php?id=3>

http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=5025&tmpl=com

Материально-техническое обеспечение

Для осуществления образовательного процесса по программе внеурочной деятельности «Игры нашего двора» необходимы следующие принадлежности:

- малые и большие мячи,
- скакалки,
- обручи,
- компьютер

Методическое обеспечение

1. Компьютерная презентация «Техника безопасности на занятиях подвижными играми»
2. Компьютерная презентация «История мяча»

Перечень учебно-методического обеспечения

Литература для учителя:

1. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2012.
2. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2010.
3. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4-е классы.
4. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры. 1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
5. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000

Литература для ученика:

1. Фатеева Л.П. 300 подвижных игр. Академия Развития, 2006

Приложение игр

«Салки с мячом» — подвижная игра для детей

Перед тем, как начать игру, оговариваются размеры площадки, дальше которых нельзя забегать. Считалкой выбирают водящего. Водящий берет мяч и считает до пяти. В это время все дети разбегаются. После этого водящий преследует игроков, стараясь осалить их

мячом. При этом мяч нужно именно бросить (и, конечно, попасть). Если водящему удалось осалить мячом кого-либо из детей, то этот ребенок становится водящим. Он подбирает мяч, считает до пяти и игра повторяется. Играют до тех пор, пока не надоест.

Подвижная игра «Третий лишний»

Количество игроков не ограничено, как можно больше. Все встают в круг лицом, попарно - один человек, а за спиной другой. Одна пара становится ведущей - один из пары бежит, другой догоняет. Бегают по внешнему кругу. Тот, кто убегает, может спастись от погони, встав к любой паре третьим. Вставать нужно перед первым игроком пары, тогда стоящий у него за спиной игрок становится третьим, третьим лишним и должен убегать от погони. Тот, кого догонит и коснётся «ляпа» сам становится «ляпой» и теперь должен догонять. Играют, пока не надоест.

Игра «Съедобное-несъедобное»

Игроки выстраиваются в ряд перед ведущим. Ведущий кидает мяч каждому игроку по очереди, произнося при этом какое-либо слово. Если слово оказывается "съедобным" ("конфета", "молоко" и т.д.), то игрок должен ловить мяч, а если "несъедобным" ("горшок", "кирпич" и т.д.), то оттолкнуть его. Тот, кто ошибется (например, поймал "ботинок" или оттолкнул "арбуз") – меняется местами с водящим. Игра вызывает дружный смех, если незадачливый игрок ловит совсем неподходящий для еды предмет, например "трусы" или "соплю". А в некоторых случаях, раздосадованные неудачники стараются доказать, что можно и кошку съесть и поганку, хотя последнюю только один раз.

«Пустое место» – веселая, подвижная игра для школьников, хорошо развивающая реакцию детей и рассчитанная на большое количество игроков.

Участники игры встают в круг, а водящий остается за кругом. Водящий ходит за кругом и дотрагивается до одного из игроков, касаясь плеча или руки. Это означает, что он вызывает данного игрока на соревнование. Водящий бежит за кругом в одну сторону, а вызванный — в противоположную. Встретившись, они здороваются и продолжают бежать дальше, стараясь наперегонки занять свободное место (оставленное вызванным игроком). Тот, кому удалось занять это место, там и остается, а оставшийся без места становится водящим, и игра продолжается.

Правила игры

1. Игроки встают в круг, а водящий остается за кругом
2. Водящий ходит за кругом и дотрагивается до одного из игроков, касаясь плеча или руки – это означает, что он вызывает данного игрока на соревнование
3. Водящий бежит за кругом в одну сторону, а вызванный — в противоположную
4. Встретившись, они здороваются и продолжают бежать дальше, стараясь наперегонки занять свободное место
5. Кому первому это удастся – остается на этом месте, а второй становится водящим

Детская подвижная игра "Колдунчики".

Для игры требуется ровная площадка размером примерно 10х10 метров. Количество игроков от 3 и более. Перед началом игры выбирают колдуна. Затем играющие разбегаются, а колдун пытается догнать кого-нибудь и осалить (заколдовать). Осаленный замирает. Расколдовать его могут другие игроки, дотронувшись до него рукой. Но колдун следит за своим

пленником, и, как только кто-нибудь снимает чары, он старается снова напустить их. Кроме того, он пытается заколдовать и тех, кто хочет выручить товарища. Трижды заколдованный игрок становится колдуном.

Игра «Салка на одной ноге»

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

Правила

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

«Купи бычка»

На ровной площадке дети чертят круг, становятся за его чертой на расстоянии одного шага друг от друга. Водящий - хозяин - становится в центр круга. На земле перед ним лежит маленький мяч или шар. Водящий прыгает на одной ноге по кругу, свободной прокатывая мячик, приговаривает, обращаясь к детям: **“Купи бычка!”** или **“Купи корову!”** Он старается мячом осалить кого-нибудь из играющих. Если мяч выкатывается за круг, никого не задев, водящий приносит его, становится в круг и продолжает водить.

П р а в и л а .

1. Играющие не должны заходить за круг.
2. Водящий может бить мячом с любого расстояния.
3. Водящему разрешается во время прыжка менять ноги, прыгая то на правой, то на левой, или сразу на обеих ногах.

Игра «Вышибалы»

Играющие делятся на "вышибаемых" и "вышибающих". Вышибающие встают с двух сторон, а вышибаемые располагаются между ними. Задача вышибающих: перебрасываясь мячом попасть им в вышибаемых игроков. Те, в свою очередь, должны пытаться увернуться.

Игрок, которого вышибли, отходит в сторонку. Но его могут "спасти" его товарищи, если им удастся поймать мяч. Если выбиты несколько человек, то игрок поймавший мяч, сам выбирает из них того, кому следует вернуться в игру. Когда в команде "вышибаемых" остается один игрок, то он должен увернуться от мяча столько раз, сколько ему лет. В случае удачи вся его команда возвращается в игру, в противном случае команды меняются местами.

Игра «Картошка»

Играют волейбольным мячом. Количество играющих от 5 человек. Водящий ("картошка") садится на корточки, остальные игроки располагаются вокруг него и перебрасываются мячом, так же, как при игре в волейбол. Уронивший мяч присоединяется к картошке – картошка растет.

Игроки могут не только перебрасываться мячом, но и глушить картошку, то есть с силой ударять ладонью по мячу, стараясь попасть в сидящих. Если игрок промахивается, то присоединяется к картошке. Сидящие игроки имеют право выпрыгивать с корточек, пытаясь поймать пролетающий мяч. Если это удастся, поймавший меняется местами с тем, чью передачу он перехватил.

В упрощенном варианте стоящие игроки могут отбивать мяч не сразу, а его разрешается предварительно ловить, и потом кидать партнеру.

Игра «Штандер- стоп!»

Мяч подбрасывается вверх кем-то из игроков, и пока он летит игроки разбегаются. Как только мяч пойман водящим (не важно с лета или с отскока от земли), поймавший кричит "Штандер - стоп!" и все игроки должны замереть на месте. Затем водящий должен назвать количество шагов до того или иного игрока и подойти к нему на указанное количество. Чем точнее определяется расстояние, тем ближе ведущий оказывается к игроку.

Существовало несколько разновидностей шагов, в которых велось определение расстояния. Обычные, лилипутские (делались поочередным приставлением пятки одной стопы вплотную к носку другой), и великанские (можно было делать длинный шаг-прыжок). После этого водящий старается попасть мячом в этого игрока. Если тот уворачивается (или ловит мяч) или водящий промахивается, все разбегаются еще дальше, пока водящий снова не догонит мяч и не выкрикнет "Штандер – стоп!". Если бросок удачен, то водящий меняется ролями с осаленным игроком и игра начинается опять с подбрасывания мяча.

Игры со скакалкой

Игры со скакалкой заключаются в последовательном безошибочном выполнении определенного набора движений. Например, пять прыжков надо совершить на правой ноге, потом пять на левой, затем в прыжке развернуться на 180 градусов и т.д. Участники могут выполнять одну или несколько "классических" схем, или демонстрировать личную. В последнем случае сложность схемы влияет на определение победителя.

Если игрок ошибается, то прыгает следующий по очереди.

Простая скакалка может доставить ребенку массу удовольствия.

Прыгающий может вращать скакалку сам или это могут делать два других игрока, взявшись за ее концы. В усложненном варианте вращают сразу две скакалки.

16. «Верёвочка!»

Двое учащихся держат за концы веревку и равномерно крутят ее в сторону стоящих детей, а те поочередно прыгают через скакалку, не задевая ее. Кто заденет, становится крутить скакалку.

Игра «Быстрые санки»

На игровой площадке чертятся две линии на расстоянии 10 — 20 м. Это линии «старта» и «финиша», между которыми находится дистанция гонок на санках.

Санки ставятся у линии «старта». На каждые санки садится один играющий (в одном заезде 3—4 ребенка, чтобы не мешали друг другу) верхом, опуская ноги на снег, и ждет команду воспитателя.

Воспитатель подает сигнал (хлопок в ладоши, свисток и т. д.) или команду: «Вперед!...». После этого дети начинают движение, отталкиваясь от поверхности ногами, сидя на санках. Движение продолжается до черты финиша. Побеждает тот ребенок, чьи санки первыми пересекут линию финиша.

Вариант игры: санки стоят у линии старта, но дети садятся на санки спиной вперед. Движение начинается по сигналу или команде учителя отталкиванием ног. Игра прекращается, когда первые санки пересекут линию финиша, но может быть остановлена и командой воспитателя: «Стоп!...»

Игра «Взятие крепости»

Защитники крепости и нападающие могут бросать друг в друга снежки. Попадание снежка в любое место означает, что участник «убит»: если это защитник крепости, он садится на корточки и ничего не делает, если же это один из нападающих — он отходит в сторону.

Снежки разрешается делать заранее и складывать в определенные места. Они должны быть небольшими, не слишком твердыми, без земли и камешков. За «неправильные» снежки ребенок исключается из игры.

Нападающие могут прятаться друг за друга, но не имеют права чем-либо прикрываться. При столкновении противников разрешается толкать друг друга, но драться нельзя. Запрещается также бросать снежки в лицо или голову — такое попадание не считается, а «стрелок», который, по мнению арбитра, целил в лицо специально, исключается из игры.

Нападающие не имеют права ломать стены крепости. Защитники могут делать вылазки, например, чтобы устранить вражеского генерала.

Независимо от результатов сражения на следующий день команды меняются ролями (защитники становятся нападающими и наоборот).

«Лепим снеговика»

Лепка снеговика - традиционная русская забава, которая объединяет собой детей, взрослых, собак, кошек и многих других созданий. Волшебный миг, когда все мы, без исключения, немножечко дети. Зима, сугробы удовольствия и снегопад неиссякаемой фантазии — окупимся?

Для удачной лепки снеговика обязательно соблюдение трёх главных условий:

Липкий снег.

Варежки или перчатки у всех участников предстоящего процесса.

Игра «Снежный скульптор»

Скульптуры из снега делаются несложными по форме. Сначала заготавливаются большие комья снега. Птица может быть вылеплена из 2—3 комьев, поставленных друг на друга по типу снежной бабы. Лопаточками постепенно придается нужная форма птицы. Наиболее трудоемкой в данном случае оказывается работа над хвостом, который обычно составляется из нескольких маленьких комков снега, можно на каркасе (небольшая палка или 2—3 палки вставляются в туловище птицы, на них плотно насаживаются комки снега).

Для прочности голова птицы также может быть прикреплена к туловищу на палке. Постепенно создает общий силуэт птицы: выделяет крылья, делает узорчатым хвост и т. д.

Затем птица украшается кусками цветного льда. Желтые, красные, синие, зеленые куски, льда вкрапливаются в хвост птицы, крылья, грудку. Из острых кусочков льда на голове птицы можно сделать гребень. Далее снежную фигуру расписывают гуашью, предварительно разведенной в больших банках. Обычно используется палитра 7—10 цветов (в основном насыщенные цвета: красный, желтый, оранжевый, синий, зеленый, черный).

Игра «Цепи кованные»

Игроки делятся на две команды. Становятся шеренгами, взявшись за руки, друг напротив друга (на расстоянии примерно 10-15 метров).

Одна команда кричит хором:

"Цепи-цепи кованы, раскуйте нас!"

Команда напротив спрашивает:

"Кто из нас?"

"Закованные" называют имя игрока из команды противников. Выбранный пытался с разбегу разорвать живую цепь (важно выбрать "правильное место", которое кажется "слабым звеном"). Если удастся разорвать цепь - игрок возвращается в свою команду, и забирает с собой одного из двух "расцепленных" товарищей. Если же нет - игрок становился в команду как раз между "звеньями", которые пытался разорвать.

Игра «Резиночка»

Используется обычная, связанная за концы в кольцо. Резинка натягивается между ногами двух играющих, третий выполняет прыжки. Играют, как правило, втроем или вчетвером. Если меньше, то используют любые подручные средства (пенек, забор, столб), натягивая резиночку между ними. Бывает 6 высот-уровней сложности: по щиколотку, по колено, по бедра, до талии, до груди, до шеи. Цель игры, как и при прыжках через скакалку, выполнить определенную комбинацию прыжков. Игрок, безошибочно выполнивший комбинацию на одной высоте, переходит к другой. В случае ошибки он меняется местами со "столбом"

При игре втроем играют каждый сам за себя, вчетвером - две команды. Прыгают, пока не ошибутся. Игра начинается с самых простых прыжков и постепенно усложняется. Каждая комбинация прыжков отрабатывается на всех высотах. Количество прыжков определяется возрастом участников по количеству лет.

Каждая фигура в комбинации носит свое название: "карандаш", "березка", "тяпы" и т.д.

Комбинация могла выглядеть например, так:

Обе ноги с внешних сторон резиночек.

Прыжок внутрь резиночек.

Одну ногу переставить так, чтобы одна резиночка оказалась между ногами (одна нога внутри резиночек, вторая с внешней стороны)

Перепрыгнуть, чтобы вторая резиночка оказалась между ногами (теперь другая нога внутри резинок) .Выпрыгнуть.

Игра « Выручалочки»

Описание

игры:

Для начала выбирают двух детей, которые будут крутить скакалку. Остальные должны через нее прыгать. Дети по очереди подходят к крутящейся скакалке и, выбрав подходящий момент, впрыгивают, сначала по одному разу, затем по два, три и т.д. Если кто-то ошибается, то он встает крутить скакалку вместо ведущего. Тот, кто остается последним, становится «выручалочкой» - он может спасти ошибившегося игрока,

выполнив

прыжки

за

него.

Правила:

Тот, кто ошибся, крутит скакалку вместо ведущего
Игрок, оставшийся последним, может спасти ошибившегося игрока, выполнив прыжки за него

Игра «Зеркало»

Выбирается один ведущий, за которым все остальные должны повторять прыжки. Ведущий должен менять прыжки через каждые 10 (на одной или двух ногах, скрещивая руки, 2 прыжка за один оборот скакалки).

Игра «Имена»

Дети по очереди прыгают через короткую или длинную скакалку одновременно, начиная с первого прыжка говоря:

«Я знаю имена мальчиков: Коля, Витя, Ваня, Гриша ... ит. д.»

Или: «Я знаю имена девочек: Люда, Валя, Зина и т. д.»

Побеждает ребенок, назвавший больше имен без повторений.

Игра «Кто больше?»

Дети по очереди прыгают через короткую скакалку, а воспитатель считает прыжки до первой ошибки. Кроме количества прыжков, воспитатель оценивает качество прыжков.

Игра «Классы»

На земле чертят фигуру. Каждый квадрат фигуры называется классом. Играющие устанавливают очередь: кто начнет игру первым, кто будет вторым, третьим и т. д.



Классы

Первый из игроков бросает камешек в первый класс, встает на одну ногу, перепрыгивает через черту в тот же класс. 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 и т. д.

В четвертом классе камешек нужно взять в руку и встать так, чтобы одна нога была в четвертом классе, а другая — в седьмом. Подпрыгнуть и переставить ноги так, чтобы одна была в шестом, а другая в пятом классе. Дальше играющий на одной ноге выпрыгивает в восьмой класс, а затем в полукруг, где некоторое время отдыхает.

Стоя в полукруге, играющий бросает камешек в восьмой класс. На одной ноге перепрыгивает в этот же класс и передвигает камешек носком ноги в седьмой класс. Вновь подпрыгивает, во время прыжка поворачивается вправо и ставит ноги в седьмой и четвертый классы. Передвигает камешек в шестой класс, подпрыгивает и встает ногами в шестой и пятый классы. Дальше, стоя на одной ноге в шестом классе, передвигает камешек 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. После этого выталкивает камешек из классов и выпрыгивает сам.



Игра в классы

Если играющий прошел через все классы, его ждет экзамен. Он кладет камешек на носок ноги и идет на каблучке через все классы. Нужно пройти осторожно, чтобы не уронить камешек и не наступить на черту. Только после экзамена каждый участник заканчивает игру.

Правила

1. Игру начинает очередной игрок, если камешек предыдущего попал на черту или не в тот класс или игрок встал ногой на черту.
2. Игрок, допустивший ошибку, вновь начинает игру с того класса, где он ошибся.

Указания к проведению

В этой игре дети самостоятельно контролируют выполнение правил. Им нужно подсказать, что прыгать они могут как на правой, так и на левой ноге. Выбивать и передвигать камешек ребенок должен свободной ногой: если стоит на правой ноге, то передвигает камешек левой, и наоборот.

Игру можно закончить, когда один из игроков с наименьшим количеством ошибок пройдет все классы и сдаст экзамен.

Игра «Испорченный телефон»

Играть в эту игру лучше компанией от 5 человек. Чем больше человек в цепочке, тем веселее и непредсказуемее получается результат. Все игроки садятся в ряд на скамейку или бревно так, чтобы удобно было шептать на ушко друг другу. Если играете дома, подойдет любой диван. Это игра, развивающая внимательность, слух и чувство юмора. :-)

Правила игры

Ведущий загадывает слово и шепчет его первому игроку так, чтобы не услышали остальные. Первый шепчет на ухо второму игроку то, что удалось услышать. Второй передает слово шепотом третьему и так далее по цепочке. Последний игрок громко вслух называет то, что услышал. Обычно это сильно отличается от слова, загаданного ведущим и вызывает всеобщее веселье.

Ведущим становится последний игрок, а все остальные «сдвигаются» по скамейке. Бывший ведущий садится на место первого игрока.

- Для того, чтобы результат получился смешнее, игроки стараются говорить очень быстро и очень тихо.
- Для усложнения игры можно говорить не слово, а целую фразу.

При очень большой компании можно разделить на две команды и устроить соревнование. В этом случае ведущий шепчет одинаковое слово каждой команде, побеждает та команда, у которой результат получился наиболее похожим на заданное слово.

«**12 палочек**» – интересная и очень подвижная игра. Фактически, это более динамичная разновидность игры в прятки. Одинаково интересна мальчикам и девочкам. Оптимальный возраст участников - от шести до двенадцати лет. Играть в нее можно в компании из 4 – 10 детей.

Для проведения этой подвижной игры подойдет любая площадка во дворе или полянка на природе. Естественно, с таким расчетом, чтобы было, где прятаться.

В качестве инвентаря нам понадобятся:

- Двенадцать палочек размером с карандаш или чуть больше. Важно, чтобы их нельзя было спутать с ветками, упавшими с деревьев или со случайными щепками.

- Ровная дощечка шириной 10-20 сантиметров и длиной порядка полуметра.

- Опора под дощечку. Это может быть камень или толстая палка.

Дощечку кладем сверху на опору таким образом, чтобы получилось что-то вроде качелей или весов с основанием (опорой) посередине. На одну из сторон дощечки складываем подготовленные палочки.

Выбираем игрока, который будет водить первым.

Кто-нибудь из игроков должен сильно ударить ногой по свободной стороне дощечки. Он старается это сделать так, чтобы палочки разлетелись как можно дальше.

Водящий должен собрать все палочки и сложить их вместе на одну из сторон дощечки. За то время, что водящий собирает палочки, игроки должны успеть спрятаться.

Задача водящего найти спрятавшихся участников игры.

Дальше существует несколько вариантов правил этой игры:

- Водящий обнаруживает кого-нибудь из игроков и громко называет его имя. При этом водящий должен успеть первым добежать до качелей с палочками и ударить по ним ногой. Палочки разлетаются. А найденный участник игры становится новым водящим. Теперь уже он должен собрать все палочки, сложить их на качели и постараться найти кого-нибудь из игроков. За это время участники игры могут перепрятаться.

Если водящий не успевает ударить по дощечке первым, а его опережает любой из играющих, то смены водящего не происходит. Старый водящий вновь собирает все палочки и ищет игроков. Водящий должен поочередно найти всех участников игры. Каждый из найденных игроков выбывает до конца кона. Остальные игроки могут попытаться опередить водящего и ударить по дощечке. Тогда водящий должен заново собрать палочки и продолжить поиск оставшихся игроков. И так до тех пор, пока не будут найдены все участники игры. Последний «застуканный» игрок становится новым водящим.

Третий и самый сложный вариант игры. Правила аналогичны второму варианту. Разница в том, что если кто-то из игроков успевает опередить водящего, то перепрятаться имеют право абсолютно все участники игры, включая ранее найденных. То есть «застуканных» игроков можно выручать.

Этот вариант скорее подходит для небольших компаний и равного уровня физической подготовки участников. Иначе, кто-нибудь из водящих рискует оказаться «вечным».