

Управление образования Исполнительного комитета
муниципального образования города Казани
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества»
Вахитовского района г. Казани

Принята на заседании
педагогического совета
от «01» 09 20 25 г.

Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО

«Центр детского творчества»

Е.С. Мартынова

Приказ № 1070 от 01.09 20 25 г.



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
объединения «Спортивные игры»

Возраст учащихся – 7-10 лет

Срок реализации – 4 года

Авторы-составители:

педагоги дополнительного образования

Абдуллаева Д.Х., Шигапова Л.А.

г. Казань, 2025

Информационная карта образовательной программы

1	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества» Вахитовского района г. Казани
2	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа объединения «Спортивные игры»
3	Направленность программы	Физкультурно-спортивная
4	Сведения о разработчиках	
4.1	Ф.И.О., должность	Абдуллаева Дания Хамзаевна, Шигапова Лилия Азатовна, педагоги дополнительного образования
5	Сведения о программе	
5.1	Срок реализации	4 года
5.2	Возраст учащихся	7-10 лет
5.3	Характеристика программы: Тип программы Вид программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
5.4	Цель программы	Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию детей, воспитание осознанной необходимости в занятиях спортом.
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Формы: Учебно-тренировочное занятие, комбинированное занятие, учебные игры, соревнования, тематические занятия, беседы, экскурсии, праздники, просмотр и обсуждение видео материалов Методы: наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический, частично-поисковый, метод самостоятельной работы
7	Формы мониторинга результативности	Контрольные упражнения по ОФП (общая физическая подготовка) и СФП (специальная физическая подготовка), сдача спортивных нормативов, участие в соревнованиях.
8	Результативность реализации программы	Итоги годовой аттестации обучающихся 2022– 2023 учебный год – 94 %: Низкий уровень: 6% Средний уровень: 58% Высокий уровень: 36% 2023– 2024 учебный год – 98 %: Низкий уровень: 2% Средний уровень: 52% Высокий уровень: 46% 2024– 2025 учебный год – 99%: Низкий уровень: 1% Средний уровень: 51% Высокий уровень: 48%
9	Дата утверждения и последней корректировки программы	01.09.2025
10	Рецензенты	-

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Учебный (тематический) план
3. Содержание программы
4. Планируемые результаты освоения программы
5. Организационно-педагогические условия реализации программы
6. Формы аттестации / контроль и оценочные материалы
7. Список литературы (печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы)
8. Приложения (методические материалы, календарный учебный график на каждый год обучения)

І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа объединения «Спортивные игры» имеет *физкультурно-спортивную направленность*.

Нормативно-правовое обеспечение программы:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (с изменениями на 31 июля 2025 г., в редакции, действующей с 1 сентября 2025 г.).
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (с внесенными изменениями, утвержденными распоряжением Правительства Российской Федерации от 1 июля 2025 г. № 1745-р).
4. Федеральный проект «Все лучшее – детям» в рамках Национального проекта «Молодежь и дети» (Указ президента России от 7 мая 2024 года № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»).
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
6. Постановление Кабинета министров Республики Татарстан от 08 сентября 2025 г. № 673 «Об утверждении Стандарта качества государственной услуги «Реализация дополнительных общеобразовательных программ».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
8. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 октября 2023 г. N 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
9. Письмо Министерства Просвещения России от 07 мая 2020 г. N ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий» (вместе с «Рекомендациями по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»).
10. Письмо Министерства просвещения России от 29 сентября 2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны».
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20

- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-«Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)
 13. Концепция сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации на период до 2030 года и дальнейшую перспективу (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 декабря 2023 г. № 3547-р).
 14. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18 ноября 2015 г. «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
 15. Письмо Министерства образования и науки Республики Татарстан № 2749/23 от 07 марта 2023 г. «О направлении методических рекомендаций по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе адаптированных) в новой редакции»
 16. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31 января 2022 г. N ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).
 17. Устав учреждения.

Актуальность программы

В основу концепции программы легло знание о том, что все дети любят играть. Играя, они лучше осваивают различного рода физические, а в определенной мере и нравственные навыки. Играя в различные спортивные игры, они учатся жить.

Когда учащиеся осваивают сначала элементарные, а затем и более сложные навыки спортивных игр, выполняют различные приемы, у них лучше создается представление о движении. Повышенный интерес детей к занятиям по физической культуре через реализацию мгновенно меняющихся игровых ситуаций и в процессе тренировочных упражнений, и в процессе игры создает благоприятный психо-эмоциональный фон для изучения требуемого двигательного действия.

Актуальность данной программы обоснована тем, что недостаток двигательной активности является причиной снижения адаптационных ресурсов организма обучающихся; ухудшение экологического состояния ведет к ухудшению физического состояния, спаду иммунитета. Малоподвижный образ жизни (гиподинамия) приводит к слабости мышц, что в свою очередь ведет к плохой осанке. Необходимо отметить, что при плохой осанке труднее дышать, хуже работают сердце, легкие и другие внутренние органы.

Программа способствует освоению детьми движений, являющихся основным стимулятором жизнедеятельности организма человека. Физические упражнения повышают общий тонус, активизируют защитные силы организма.

Отличительные особенности программы

Программа «Спортивные игры» способствует улучшению двигательного режима обучающихся начальной школы в борьбе с гиподинамией, занятия по данной программе служат прекрасной разрядкой для детей: они дают возможность снизить утомление, накопившееся на уроках, восстановить работоспособность, благоприятно влияют на физиологические процессы в растущем организме, а также улучшают работу всех внутренних органов. Активность помогает детям повысить иммунитет, организм становится крепче и может более противостоять сезонным простудам и аллергиям.

Подвижные игры – это своеобразные физкультурные нагрузки, только в интересной и понятной для детей форме. Дети с удовольствием играют без усталости, формируя двигательные навыки, развивая свои мышцы, ловкость и координацию движений.

Кроме благоприятного физического развития, занятия спортивными играми положительно влияют на эмоционально-психологическое состояние детей. Активная игра помогает избавиться от стресса, чувства тревоги, в свою очередь подвижные командные игры позволяют ребенку раскрепоститься, научиться без страха познавать что-то новое, тренироваться.

Игры, предлагаемые данной программой, направлены, на развитие разных форм внимания (зрительного, слухового и т.д.), преодоление импульсивности, формирования усидчивости и самоконтроля, а также на развитие межполушарных связей.

Игры составлены таким образом, что при невыполнении игровой задачи ребенком, ее можно облегчить, изменить, сделать более доступной для выполнения на данном этапе. При хорошем выполнении игры ребенком ее, напротив, можно усложнять, добавлять новые правила, условия игры. С одной стороны, игра становится для детей знакомой и понятной, а с другой - со временем не надоедает.

Игра формирует командный дух, взаимовыручку и упорство, дисциплинированность, умение подчиняться общепринятым нормам. Игра часто требует от ребенка инициативы, лидерства, любознательности.

Так же, отличительной особенностью является то, что в программу включен раздел «Популяризация здорового образа жизни средствами декоративно-прикладного творчества», где обучающиеся имеют возможность проявить творчество, фантазию и стремление пропагандировать ЗОЖ.

Программа разработана с учетом условий и организации учебно-воспитательного процесса, возрастных физиологических и психологических особенностей детей.

Цель программы: Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию детей, воспитание осознанной необходимости в занятиях спортом.

Задачи:

Обучающие:

- знакомить с играми народов мира, пионерболом, футболом и др.;
- обеспечивать усвоения систематизированных знаний;
- обучать новым видам движений и двигательным действиям.

Развивающие:

- формировать и совершенствовать у школьников двигательные умения и навыки;
- формировать и развивать потребности учащихся в систематических занятиях физической культурой и спортом, здоровом образе жизни;
- формировать среду, способствующую неприятию потребления алкоголя и психоактивных веществ;
- формировать правильное отношение к физкультурным занятиям, мероприятиям;
- формировать навыки правильной осанки при статических положениях и передвижениях;
- развивать силу, уравновешенность, подвижность нервной системы;
- развивать способности:
 - а) координационные (умения рационально выполнять движения и двигательные действия);
 - б) скоростные (развитие способности выполнять двигательные действия в максимальном темпе за максимальный промежуток времени; проявление решительности и уверенности в действиях);
 - в) силовые (умения преодолевать физические трудности; воспитывать силу воли, настойчивость в достижении поставленной цели);
 - г) выносливость (проявление волевых качеств: целеустремленности, выдержки, развитие способности выполнять физические упражнения без снижения их интенсивности);

д) гибкость (развитие подвижности в суставах).

Воспитательные:

- способствовать проявлению смелости, настойчивости, решительности, уверенности в своих силах с помощью подбора физических упражнений, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- воспитывать дисциплинированность, чувство коллективизма, чувство дружбы и товарищества;
- обеспечивать социальное формирование личности ребенка, развитие его творческих сил и способностей;
- создавать условия для проявления положительных эмоций;
- воспитывать у обучающихся устойчивый интерес и привычку к систематическим занятиям физической культурой и спортом, осознанное стремление к здоровому образу жизни.

Адресат программы

В объединении занимаются дети в возрасте 7-10 лет. В начале учебного года проводится набор детей. Принимаются все желающие без специальной подготовки, при наличии справки от врача с медицинским заключением о состоянии здоровья. Мальчики и девочки занимаются в объединенной группе. Количество ребят первого года обучения – 15 человек, второго года обучения – не менее 12 человек, третьего года обучения – не менее 10 человек.

Объем программы: Программа рассчитана на 4 года обучения, 144 часа в год.

Формы организации образовательного процесса: очная, групповая.

Виды занятий: учебно-тренировочные занятия (групповые, индивидуальные), комбинированные занятия, тематические занятия, беседы, экскурсии, праздники, просмотр и обсуждение видео материалов, соревнования, тестирование, аттестация.

Срок освоения программы: 4 года

Режим занятий: Занятия проводятся два раза в неделю по 2 часа, или 4 раза в неделю по 1 часу, всего – 144 часа в год.

Типичное занятие имеет следующую структуру:

- организационный момент;
- основная часть;
- подведение итогов занятия

Планируемые результаты освоения программы

По окончании обучения по программе учащиеся достигнут следующих результатов:

Предметные результаты:

Обучающиеся будут знать:

- разновидности подвижных игр;
- правила спортивных игр;
- правила жеребьевки судейства;
- способы укрепления здоровья и закаливания организма.

Обучающиеся будут обладать:

- элементарной техникой и тактикой спортивных игр;
- потребностью в систематических занятиях ЗОЖ;
- крепким опорно-двигательным аппаратом;
- специальными двигательными навыками и психологическими качествами;
- спортивным кругозором;
- навыками лепки из пластилина, рисования акварелью, создания плакатов.

Метапредметные результаты:

Обучающиеся будут уметь:

- ставить учебные задачи на основе того, что уже известно и освоено обучающимися, и того, что еще предстоит узнать;

- предполагать о том, какой результат получится в конце работы;
- вносить изменения, в результат своей деятельности, исходя из оценки этого результата самим обучающимся, педагогом, товарищами;
- осознанно и произвольно выстраивать речевые высказывания в устной форме;
- выстраивать логические цепи рассуждений.

Личностные результаты:

Обучающиеся должны будут отражать:

- гордость за свою Родину;
- уважение к многонациональному народу, населяющему нашу страну;
- готовность и способность вести диалог с окружающими, достигать в нем взаимопонимания;
- стремление к продуктивному сотрудничеству со сверстниками в общественно-полезной деятельности;
- бережное отношение к природе;
- желание вести здоровый и безопасный образ жизни;
- основы экологического мышления.

II. УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

1 год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика		
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	2	-	беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
2	Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и другими предметами	42	10	32	учебно- тренировочное занятие	контрольные тесты и нормативы
3	Игры без разделения на команды	36	8	28	учебно- тренировочные игры	мониторинг подготовлен ности
4	Игры народов России	24	4	20	учебно- тренировочные игры	мониторинг подготовлен ности
5	Командные игры и соревнования	34	8	26	учебно- тренировочные игры	мониторинг подготовлен ности
6	Аттестация. Итоговое занятие.	6		6	аттестация	контрольные тесты и нормативы
Итого:		144	32	112		

II год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика		
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	2	-	беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
2	Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и другими предметами	38	4	34	учебно- тренировочное занятие	контрольные тесты и нормативы
3	Игры без разделения на команды	30	6	24	учебно- тренировочные игры	мониторинг подготовлен ности
4	Игры народов мира (ближнее зарубежье)	24	4	20	учебно- тренировочные игры	мониторинг подготовлен ности
5	Командные игры и соревнования	30	6	24	учебно- тренировочные игры	мониторинг подготовлен ности
6	Популяризация ЗОЖ средствами декоративно- прикладного творчества	14	2	12	беседа, практическая работа	анализ выполненны х работ
7	Аттестация. Итоговое занятие.	6		6	аттестация	контрольные тесты и нормативы
Итого:		144	24	120		

III год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика		
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	2	-	беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	Опрос, беседа
2	Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и другими предметами	36	4	32	учебно- тренировочное занятие	контрольные тесты и нормативы
3	Игры без разделения на команды	28	4	24	учебно- тренировочные игры	мониторинг подготовлен ности

4	Игры народов мира	24	10	14	учебно-тренировочные игры	мониторинг подготовленности
5	Командные игры и соревнования	28	10	18	учебно-тренировочные игры	мониторинг подготовленности
6	Популяризация ЗОЖ средствами декоративно-прикладного творчества	14	2	12	беседа, практическая работа	анализ выполненных работ
7	История возникновения спортивных игр.	8	6	2	беседа, практическая работа	групповой проект
8	Аттестация. Итоговое занятие.	4		4	аттестация	контрольные тесты и нормативы
Итого:		144	38	106		

IV год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика		
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	2	-	беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	Опрос, беседа
2	Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и другими предметами	34	2	32	учебно-тренировочное занятие	контрольные тесты и нормативы
3	Игры без разделения на команды	26	2	24	учебно-тренировочные игры	мониторинг подготовленности
4	Игры народов мира	22	8	14	учебно-тренировочные игры	мониторинг подготовленности
5	Командные игры и соревнования	26	8	18	учебно-тренировочные игры	мониторинг подготовленности
6	Популяризация ЗОЖ средствами декоративно-прикладного творчества	14	2	12	беседа, практическая работа	анализ выполненных работ
7	История спортивных игр.	8	6	2	беседа, практическая работа	групповой проект

8	Оказание первой помощи. Безопасность жизнедеятельности	10	5	5	беседа, практическая работа	тест
9	Аттестация. Итоговое занятие.	2		2	аттестация	контрольные тесты и нормативы
Итого:		144	35	109		

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Знакомство. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Практическая часть вводной аттестации обучающихся.

Формы контроля: анкетирование, тестирование, опрос, сдача нормативов, выполнение практических упражнений.

2. Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и другими предметами

Теория: Техника безопасности при выполнении игровых упражнений с предметами и без. Правила и последовательность эстафет.

Практика: Игровые упражнения эстафеты с предметами и без.

Формы контроля: Наблюдение за качеством выполнения практических упражнений.

3. Игры без разделения на команды

Теория: Правила игр. Техника безопасности.

Практика: Пятнашки. Мячик кверху. Салки в два круга. Ловушка. Капканы. Коршун и насадка. Охотник и сторож. У медведя во бору. Мы веселые ребята. Два мороза. Воробьи-попрыгунчики. Успей занять место. Найди себе пару. Мяч-ловцу. Защитись от волана ракеткой. Перебей волан через площадку. Перекинь волан через сетку. «Море волнуется раз». «Лягушки на болоте». «Стрелок». «Угадай и догони». «Тесный круг». «Гимнастическая стенка». «Великаны-гномы». «Чай-чай».

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

4. Игры народов России

Теория: Правила игр. Техника безопасности.

Практика: Бубенцы (Россия). Ляпка (Россия). Просо (Россия). Серый волк (Татарстан). Продаем горшки (Татарстан). Скок – перескок (Татарстан). Займи место (Татарстан). Дудочка (Башкортостан). Уголки (Башкортостан). Иголка и нитка (Башкортостан). Заплетись плетень (Россия). Уксы («Стрелок») (Башкортостан). Тыв («Невод») (Коми). Биляша (Марий Эл). Тотыш уены («Ловишки») (Татарстан). Сяра серей («Летучая мышь») (Чувашия). Следопыты (Татарстан).

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

5. Командные игры и соревнования

Теория: Правила игр. Техника безопасности.

Практика: Пионербол. Футбол. Волейбол. Баскетбол. Клубок. Перебрось через шнур. Подвижная цель. Попади с подачи. Поймай мяч. Обгони мяч. Подвижная мишень. Борьба за мяч. Перестрелка. Мяч- противнику. Ведение мяча парами. Подставь спину. Волан по кругу. Рука. Бег за флажками. Успей взять кеглю. Перетягивание по кругу.

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

6. Аттестация. Итоговое занятие.

Практика: Аттестация

Формы контроля: анкетирование, тестирование, опрос, сдача нормативов, выполнение практических упражнений.

II год обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Ознакомление с разделами программы на 2 год обучения.

Практика: Упражнения на командообразование обучающихся.

Формы контроля: анкетирование, тестирование, опрос, выполнение практических упражнений.

2. Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и другими предметами

Теория: Техника безопасности при выполнении игровых упражнений с предметами и без. Правила и последовательность эстафет.

Практика: Игровые упражнения эстафеты с предметами и без.

Формы контроля: Наблюдение за качеством выполнения практических упражнений.

3. Игры без разделения на команды

Теория: Правила игр. Техника безопасности.

Практика: «Жмурки». «Заплетись плетень». «Мяч по кругу». «Угадай и догони».

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

4. Игры народов мира (ближнее зарубежье)

Теория: Правила игр. Техника безопасности.

Практика: Ачифт («Поймай») (Абхазия). Чухур, Выташи платок, Кишмиши («Изюминки») (Азербайджан). Артрума (Воздух, вода, огонь, земля.. Оживи статую (Армения). Лютый мороз. Лес, озеро, небо. Пасадка бульбы («Посадка картошки»). Зайцы и плетень. Утиная охота (Белоруссия). Слепой медведь (Дагестан). «Вытолкни из круга». Платочек. Тымак, уру («Сбей шапку»). Шулдик («Чижик»). Самый меткий (Казахстан). Защитники крепости (Карелия). Стая уток. Пять, пятнадцать, пятьдесят (Латвия). Царь зверей. Жасу тилтас («Гусиный мост») (Литва). Де-а мерул («Яблоко»). Галочки-палочки. Млын («Быстрая мельница») (Молдавия). «Галки» (Молдавия). Камешк (Осетия). Белая палочка. Собери урожай (Таджикистан). Гушакгойды. Добеги втроем (Туркмения). Одноногий волк и баран. Канатоходец (Узбекистан). Ниточка с иголкой. Хромая утка («Хлебец») (Украина). Прятки с палкой. Япдан бок («Прыжки через ров») (Туркмения). Шторм на море (Эстония).

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

5. Командные игры и соревнования

Теория: Правила игр. Техника безопасности в игровой и соревновательной практике.

Практика: «Бег за флажками», «Сбей мяч», «Перетягивание по кругу», «Мяч среднему», «Баскетбол», «Волейбол», «Салки», «Пионербол», «Футбол».

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

6. Популяризация ЗОЖ средствами декоративно-прикладного творчества

Теория: Способы и средства пропаганды ЗОЖ. Декоративно-прикладное творчество как средство популяризации ЗОЖ. Техника лепки из пластилина. Техника рисования акварелью. Техника аппликации.

Практика: Памятка по технике безопасности. Поделки из пластилина «Игры, которые люблю». Рисунок акварелью «Физическая культура в моей жизни», «Я выбираю спорт!».

Аппликация «Я люблю прогулки на свежем воздухе», «Правильное питание». Плакаты «Правила здорового человека», «Будь здоров!».

Формы контроля:

7. Аттестация. Итоговое занятие.

Практика: Аттестация

Формы контроля: анкетирование, тестирование, опрос, сдача нормативов, выполнение практических упражнений.

III год обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Ознакомление с разделами программы на 3 год обучения.

Практика: Упражнения на командообразование обучающихся.

Формы контроля: анкетирование, тестирование, опрос, выполнение практических упражнений.

2. Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и другими предметами

Теория: Техника безопасности при выполнении игровых упражнений с предметами и без. Правила и последовательность эстафет.

Практика: Игровые упражнения эстафеты с предметами и без.

Формы контроля: Наблюдение за качеством выполнения практических упражнений.

3. Игры без разделения на команды

Теория: Правила игр. Техника безопасности.

Практика: «Жмурки», «Заплетись плетень», «Мяч по кругу», «Угадай и догони».

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

4. Игры народов мира

Теория: Правила игр. Техника безопасности.

Практика: «Неразбериха», (Куба), «Хлопки в ладоши» (Япония), «Один в круге» (Венгрия), «Охотничий мяч» (Франция), Калабаза (Перу). Бег с платочком (Канада). Бросание бобов (Бразилия). Джендрапур (Индия). Веточка зеленая (Канада). Тигр и коза (Афганистан). Охотник, добрый день! (Швейцария). Кто больше? (Китай). Мешочек с фасолью (Бразилия). Проворная лисица (Турция). Школа мяча (Австрия). Камушек на ладони (Бирма (Мьянма)). Будь точным (Германия). Конкурс цветов (Корея). Попади в комнату (Австрия).

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

5. Командные игры и соревнования

Теория: Правила игр. Техника безопасности.

Практика: «Бег за флажками», «Сбей мяч», «Перетягивание по кругу», «Мяч среднему», «Баскетбол», «Волейбол», «Салки», «Пионербол», «Футбол».

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

6. Популяризация ЗОЖ средствами декоративно-прикладного творчества

Теория: Способы и средства пропаганды ЗОЖ. Декоративно-прикладное творчество как средство популяризации ЗОЖ. Техника лепки из пластилина. Техника рисования акварелью. Техника аппликации.

Практика: Памятка по технике безопасности. Поделки из пластилина «Спортивные человечки». Рисунок акварелью «Любимая игра», Аппликация «На спортивной площадке», «Полезная еда». Плакат «В здоровом теле – здоровый дух».

Формы контроля: Выставка творческих работ, анализ и обсуждение полученных результатов.

7. История возникновения спортивных игр.

Теория: История возникновения спортивных игр и средства пропаганды ЗОЖ в современном мире. Влияние спортивных игр на образ жизни подрастающего поколения.

Практика: Просмотр и анализ исторических видео материалов. Обсуждение и высказывания своего мнения. Подготовка и реализация группового проекта.

Формы контроля: Презентация группового проекта, анализ и обсуждение полученных результатов.

8. Аттестация. Итоговое занятие.

Практика: Аттестация

Формы контроля: анкетирование, тестирование, опрос, сдача нормативов, выполнение практических упражнений.

IV год обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Ознакомление с разделами программы на 4 год обучения.

Практика: Упражнения на командообразование обучающихся.

Формы контроля: анкетирование, тестирование, опрос, выполнение практических упражнений.

2. Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и другими предметами

Теория: Техника безопасности при выполнении игровых упражнений с предметами и без. Правила и последовательность эстафет.

Практика: Игровые упражнения эстафеты с предметами и без.

Формы контроля: Наблюдение за качеством выполнения практических упражнений.

3. Игры без разделения на команды

Теория: Правила игр. Техника безопасности.

Практика: «Найди себе пару», «Пятнашки», «Белки, орехи, шишки», «Одно касание».

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

4. Игры народов мира

Теория: Правила игр. Техника безопасности.

Практика: Белый медведь (Канада). Если сможешь, повтори! (Конго). Поймай мешочек (США). Гнездо черепахи (Малайзия). Поймай его (Греция). Пожарная команда (Германия). Успей поймать мяч! (Италия). Поймай хвост дракона! (Китай). Один в круге (Венгрия). Английский сыщик (Англия). Маленькая лодочка (Бразилия). Звон колокольчика (Лаос). Охотник с мячом (Франция). Поезд без депо (Аргентина). Английские салки (Англия). Попади в цель! (Словакия).

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

5. Командные игры и соревнования

Теория: Правила игр. Техника безопасности.

Практика: «Бег за флажками», «Сбей мяч», «Перетягивание по кругу», «Мяч среднему», «Баскетбол», «Волейбол», «Салки», «Пионербол», «Футбол».

Формы контроля: Контроль двигательной активности, опрос, наблюдение, учет результативности.

6. Популяризация ЗОЖ средствами декоративно-прикладного творчества

Теория: Способы и средства пропаганды ЗОЖ. Декоративно-прикладное творчество как средство популяризации ЗОЖ. Техника лепки из пластилина. Техника рисования акварелью. Техника аппликации.

Практика: Памятка по технике безопасности. Поделки из пластилина «Победный матч». Рисунок акварелью «Солнце, воздух и вода», «На спортивной площадке».

Аппликация «Тактическая расстановка игроков в игровом моменте». Плакаты «Без вредных привычек», «Твое здоровье в твоих руках».

Формы контроля: Выставка творческих работ, анализ и обсуждение полученных результатов.

7. История спортивных игр.

Теория: История футбола. История волейбола. История баскетбола. История гандбола.

Практика: Просмотр и анализ исторических видео материалов. Обсуждение и высказывания своего мнения. Подготовка и реализация группового проекта.

Формы контроля: Презентация группового проекта, анализ и обсуждение полученных результатов.

8. Оказание первой помощи. Безопасность жизнедеятельности.

Теория: Общие правила оказания первой помощи. Средства первой помощи. Аптечка первой помощи. Соблюдение личной безопасности. Что такое обморок? Отсутствие сознания. Опасности, которые подстерегают нас в столовой. Первая помощь при закупорке верхних дыхательных путей. Кровотечения. Первая помощь при кровотечениях. Первая помощь при травме головы, носа, лица, ушей, глаз. Повязка на голову. Травмы в быту. Велосипедные травмы, первая помощь. Влияние спортивных игр на образ жизни подрастающего поколения.

Практика: Памятка об оказании первой помощи. Общие принципы оказания первой помощи. Просмотр и анализ видео материалов.

Формы контроля: Тестирование и анализ с обсуждением полученных результатов.

9. Аттестация. Итоговое занятие.

Практика: Аттестация

Формы контроля: анкетирование, тестирование, опрос, сдача нормативов, выполнение практических упражнений.

IV. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В конце первого года обучения по программе обучающиеся достигнут следующих результатов:

Предметные результаты

Обучающиеся будут знать:

- разновидности подвижных игр;
- элементарные правила спортивных игр;
- правила подвижных игр;
- основы здорового образа жизни.

Учащиеся будут обладать:

- элементарной техникой спортивных игр;
- потребностью в занятиях ЗОЖ;
- двигательными навыками и психологическими качествами;
- элементарным спортивным кругозором.

Метапредметные результаты

Обучающиеся будут уметь:

- осознанно и произвольно выстраивать речевые высказывания в устной форме;
- выбирать наиболее эффективные способы решения задач в зависимости от конкретных условий;
- управлять поведением партнера — контролировать, корректировать, оценивать действия партнера.

Личностные результаты

Обучающиеся должны будут отражать:

- уважение к Отечеству и своему народу;

- стремление к социализации и продуктивному сотрудничеству со сверстниками;
- бережное отношение к природе;
- принятие ценностей здорового и безопасного образа жизни;
- основы экологического мышления.

В конце второго года обучения по программе обучающиеся достигнут следующих результатов:

Предметные результаты

Обучающиеся будут знать:

- классификацию подвижных игр;
- правила спортивных игр;
- правила жеребьевки судейства.

Обучающиеся будут обладать:

- элементарной техникой и тактикой спортивных игр;
- потребностью в систематических занятиях ЗОЖ;
- укрепшим опорно-двигательным аппаратом;
- спортивным кругозором;
- навыками лепки из пластилина, рисования акварелью, создания плакатов.

Метапредметные результаты

Обучающиеся будут уметь:

- ставить учебные задачи на основе того, что уже известно и освоено учащимися, и того, что еще предстоит узнать;
- вносить изменения, в результат своей деятельности, исходя из оценки этого результата самим учащимся, педагогом, товарищами;
- выстраивать логические цепи рассуждений.

Личностные результаты

Обучающиеся должны будут отражать:

- гордость за свою Родину;
- уважение к многонациональному народу, населяющему нашу страну;
- готовность и способность вести диалог с окружающими, достигать в нем взаимопонимания;
- бережное отношение к природе;
- желание вести здоровый и безопасный образ жизни.

В конце третьего года обучения по программе обучающиеся достигнут следующих результатов:

Предметные результаты

Обучающиеся будут знать:

- историю возникновения спортивных игр;
- правила жеребьевки судейства;
- способы укрепления здоровья и закаливания организма.

Обучающиеся будут обладать:

- знаниями истории возникновения спортивных игр;
- элементарной техникой и тактикой спортивных игр;
- специальными двигательными навыками и психологическими качествами.

Метапредметные результаты

Обучающиеся будут уметь:

- предполагать о том, какой результат получится в конце работы;
- вносить изменения, в результат своей деятельности, исходя из оценки этого результата самим учащимся, педагогом, товарищами;

- осознанно и произвольно выстраивать речевые высказывания в устной форме;
- выстраивать логические цепи рассуждений об истории возникновения спортивных игр.

Личностные результаты

Обучающиеся должны будут отражать:

- стремление изучать историю спорта для интеллектуального развития;
- гордость за свою Родину;
- стремление к продуктивному сотрудничеству со сверстниками в общественно-полезной деятельности;
- желание вести здоровый и безопасный образ жизни.

В конце четвертого года обучения по программе обучающиеся достигнут следующих результатов:

Предметные результаты

Обучающиеся будут знать:

- историю популярных спортивных игр;
- современные правила популярных спортивных и подвижных игр;
- основы первой помощи.

Обучающиеся будут обладать:

- потребностью в систематических занятиях ЗОЖ;
- укрепшим опорно-двигательным аппаратом;
- навыками оказания первой помощи.

Метапредметные результаты

Обучающиеся будут уметь:

- вносить изменения, в результат своей деятельности, исходя из оценки этого результата самим учащимся, педагогом, товарищами;

Личностные результаты

Обучающиеся должны будут отражать:

- стремление следовать правилам здорового образа жизни и правилам безопасности жизнедеятельности.
- желание повысить собственную эрудицию посредством изучения истории развития спорта;
- гордость за свою Отчизну и уважение к многонациональному народу нашей страны;
- способность вести диалог со сверстниками и взрослыми, достигать в нем взаимопонимания;
- стремление реализовывать продуктивное сотрудничество со сверстниками в общественно-полезной деятельности;
- потребность в ведении здорового и безопасного образа жизни.

V. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Физическое воспитание представляет собой воспитательно-образовательный процесс, характеризующийся всеми присущими педагогическому процессу общими признаками (ведущая роль педагога, направленность деятельности педагога и детей на реализацию задач воспитания и обучения, построение системы занятий в соответствии с дидактическими и общепедагогическими принципами и т.д.) В то же время физическое воспитание имеет свои специфические особенности, которые отличают его от других видов воспитания. Прежде всего – это процесс, протекающий по закономерностям деятельности, обеспечивающий упорядоченное формирование и совершенствование двигательных

умений и навыков наряду с оптимизацией развития физических качеств человека, совокупность которых в решающей мере определяет его физическую дееспособность.

Физическая культура – органическая часть культуры общества и личности. Понятие «физическая культура» объединяет все, что относится к физическому воспитанию, образованию, развитию человека в системе физического воспитания и вне её. Если рассматривать физическую культуру во взаимосвязи с другими видами культур, а физическое воспитание во взаимосвязи с другими видами воспитания: умственным, нравственным, эстетическим, трудовым, то можно говорить о «духовной физической культуре», как явлении, которое воздействует на природу человека, изменяя ее в соответствии с закономерностями всестороннего развития личности.

Физические упражнения и спортивные игры – основное и специфическое средство физической культуры.

Подвижные игры и игровые упражнения имеют большое значение для всестороннего, гармоничного развития подрастающего поколения.

Находиться в движении, для детей школьного возраста, является насущной потребностью, обусловленной возрастными анатомическими особенностями, связанными с окостенением позвоночника. Это стремление детей к движению лучше использовать в активных играх, регулируя нагрузку на организм.

Спортивные игры оказывают благотворное влияние на весь организм ребенка, не только укрепляя и развивая двигательный аппарат, но и влияя на формирование личности ребенка, способствуя его психическому развитию.

Большую часть физических нагрузок дети, особенно в школьном возрасте, получают в процессе спортивных игр, во время которых у них происходит естественное развитие основных видов движения.

При этом наблюдается большая естественная активность мальчиков и юношей по сравнению с девушками.

Во время игры у детей развиваются сообразительность, внимательность, дисциплинированность, чувство здорового соперничества, вырабатывается инициатива и самостоятельность, чувство товарищества.

Занятия спортом – прекрасная форма досуга.

Роль движений для развития психики и интеллекта чрезвычайно велика. От работающих мышц импульсы постоянно поступают в мозг, стимулируя центральную нервную систему и тем самым способствуя ее развитию. Чем более тонкие движения приходится осуществлять ребенку и чем более высокого уровня координации движений он достигает, тем успешнее идет процесс его психического развития. Двигательная активность ребенка не только способствует возрастанию мышечной силы как таковой, но и увеличивает энергетические резервы организма.

Работа скелетной мускулатуры имеет огромное значение для развития физиологических систем ребенка. У растущего организма восстановление израсходованной энергии идет со значительным превышением, т.е. создается некоторый ее избыток. Именно поэтому прирост мышечной массы – это предпосылка к выполнению еще больших по объему нагрузок.

Учеными установлена прямая зависимость между уровнем двигательной активности детей и юношества и их словарным запасом, развитием речи, мышлением. При выполнении физических упражнений в организме возрастает синтез биологически активных соединений, которые улучшает сон, благоприятно влияют на настроение детей, повышают их умственную и физическую работоспособность.

Успех учебно-воспитательного процесса во многом зависит от умелого применения на практике таких дидактических методов как: наглядность, сознательность, доступность, систематичность. Рассмотрим эти принципы.

4. Принцип наглядности

Необходимость широкого применения принципа наглядности в футболе обусловлено тем, что новые движения, с которыми знакомятся учащиеся, не знакомы им, ибо взяты не из жизненной практики человека.

По каким путям идет реализация принципа наглядности в футболе:

а) непосредственная наглядность – показ натуральных движений. Как правило, движения показывает преподаватель или отдельные, наиболее успевающие ученики.

б) опосредованная наглядность – демонстрация различного рода наглядных пособий: рисунки, фотографии, дополнительные зрительные ориентиры, видео

Применение непосредственной и опосредованной наглядности зависит от возраста занимающихся и уровня их спортивно-технической подготовки. Наибольший эффект достигается при рациональном сочетании непосредственного показа натуральных движений с использованием средств опосредованной наглядности. Необходимо отметить, что любые средства наглядной информации должны дополняться объяснением.

2. Принцип сознательности и активности

Принцип сознательности – один из наиболее важных принципов. Для того чтобы научиться управлять своими движениями и мячом, надо понимать смысл техники изучаемых упражнений и уметь сознательно контролировать их выполнение. Чем старше занимающиеся, тем большее значение для них имеет анализ техники и сознательное выполнение движений. Понимание целей физических упражнений, применяемых на занятиях, способствует повышению активности ученика.

3. Принцип систематичности

Принцип систематичности предполагает регулярность в посещении занятий. Только при оптимальном их количестве ученик приобретает, а затем и сохраняет спортивную форму, необходимую для быстрого освоения техники и тактики игры.

4. Принцип доступности

Принцип доступности заключается в подборе элементов упражнений, соответствующих технической подготовленности и возрасту занимающихся, и в последовательном переходе от легких упражнений к более сложным. Доступность упражнений позволяет поддерживать у учеников интерес к занятиям.

Методическое обеспечение программы

Тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятия)	Дидактический материал. Оборудование	Формы подведения итогов	Техническое оснащение
Вводное занятие Основы знаний	Традиционное.	Словесный: объяснение.	Методические материалы инструкции по ТБ, правила игры	Обобщение знаний и умений.	Экран
Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и другими предметами	Комбинированное. Практическое.	<u>Методы:</u> практический, словесный наглядный, репродуктивный, фронтальный, индивидуально-фронтальный. <u>Приемы:</u> объяснение, демонстрация, тренировочные упражнения.	Спортивный инвентарь	Игра на время. Анализ.	
Игры без разделения на команды	Комбинированное. Практическое.	<u>Методы:</u> практический, словесный наглядный, репродуктивный, фронтальный, индивидуально-фронтальный. <u>Приемы:</u> объяснение, демонстрация, тренировочные упражнения, игры.	Спортивный инвентарь	Контрольные игры. Анализ.	
Игры разных народов	Традиционное. Комбинированное. Практическое.	<u>Методы:</u> практический, словесный наглядный, репродуктивный, фронтальный, индивидуально-фронтальный. <u>Приемы:</u> объяснение, демонстрация, тренировочные упражнения, игры.	Спортивный инвентарь	Контрольные игры. Анализ.	
Командные игры и соревнования	Практическое.	<u>Методы:</u> практические, индивидуальные <u>Приемы:</u> объяснение, игра.	Спортивный инвентарь	Судейство и участие в соревнованиях. Анализ.	
Популяризация ЗОЖ средствами декоративно-прикладного творчества	Комбинированное. Практическое.	<u>Методы:</u> практический, словесный наглядный, репродуктивный, фронтальный, индивидуально-фронтальный. <u>Приемы:</u> объяснение, демонстрация.	Наглядно-дидактические пособия, иллюстрации, шаблоны	Судейство и участие в соревнованиях. Анализ.	Экран. Демонстрационная доска

Изучение истории возникновения спортивных игр	Комбинированное. Практическое	<u>Методы:</u> практический, словесный наглядный, репродуктивный, фронтальный, индивидуально-фронтальный. <u>Приемы:</u> объяснение, демонстрация, обсуждение.	Видео материалы	Анализ ,обсуждение, групповой проект	Экран .
Оказание первой помощи. Безопасность жизнедеятельности	Комбинированное. Практическое	<u>Методы:</u> практические, индивидуальные <u>Приемы:</u> объяснение, демонстрация, практика.	Наглядно-дидактические пособия, иллюстрации, шаблоны	Анализ ,обсуждение, тест	Экран.
Итоговое занятие	Комбинированное. Практическое	<u>Методы:</u> практические, индивидуальные <u>Приемы:</u> объяснение, игра.	Спортивный инвентарь	Судейство и участие в соревнованиях. Анализ, подведение итогов	

Материально-техническое обеспечение

На занятиях используется инвентарь:

1. Мячи баскетбольные
2. Мячи футбольные
3. Ракетки и волан
4. Скакалки
5. Стойки, маркеры
6. Флажки
7. Кегли
8. Секундомер
9. Видео-диски с тематическими фильмами
10. Экран, мультимедийное оборудование
11. Демонстрационная доска

VI. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ / КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Отслеживание результативности:

В процессе обучения по данной программе отслеживание результатов происходит через аттестацию обучающихся.

Вводная аттестация (проводится в самом начале первого года обучения с целью установления начальных знаний и умений детей).

Полугодовая аттестация (проводится в конце первого полугодия учебного года с целью проверки усвоения детьми знаний, умений, навыков и корректировки обучения).

Годовая аттестация (проводится в конце учебного года с целью проверки усвоения детьми знаний, умений, навыков и корректировки дальнейшего обучения).

Аттестация по итогам освоения программы (проводится в заключение образовательного курса по программе с целью проверки усвоения детьми знаний, умений, навыков).

Выявления достигнутых результатов осуществляется:

1. Через механизм тестирования, сдачу контрольных нормативов;
2. По результатам участия в соревнованиях.
3. По итогам группового проекта.

Формы подведения итогов: контрольные и товарищеские игры, спортивные турниры, групповой проект, контрольные тесты и нормативы (мониторинг двигательной подготовленности).

На протяжении всех годов обучения осуществляется постоянный контроль за уровнем физической, спортивно-технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности учащихся. Контроль за уровнем физической подготовленности осуществляется в процессе проведения педагогического тестирования, которое предусматривает оценку стартовой и дистанционной скорости, прыгучести и выносливости.

Основными критериями оценки занимающихся является регулярность посещения занятий, выполнение нормативов по общей и специальной физической подготовленности (при их проведении), освоение объемов тренировочных нагрузок в соответствии с программными требованиями, освоение теоретического раздела программы, отсутствие медицинских противопоказаний для занятий.

Примерные нормативные требования по общей физической подготовке

Контрольное упражнение	Возраст	Мальчики			Девочки		
		уровни			уровни		
		низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Бег 30 м	7	7,5	7,3	5,6	7,6	7,5	5,8
	8	7,1	7,0	5,4	7,3	7,2	5,6
	9	6,8	6,7	5,1	7,0	6,9	5,3
	10	6,6	6,5	5,0	6,6	6,5	5,2
Челночный бег 3*10м	7	11,2	10,8	9,9	11,7	11,3	10,2
	8	10,4	10,0	9,1	11,2	10,8	9,7
	9	10,2	9,9	8,8	10,8	10,3	9,3
	10	9,9	9,5	8,6	10,4	10,0	9,1
Прыжок в длину с места, см	7	100	115	155	90	110	150
	8	110	125	165	100	125	155
	9	120	130	175	110	135	160
	10	130	140	185	120	140	170
Наклон вперед из положения сидя	7	1	4	9	2	7	11
	8	1	4	7	2	7	12
	9	1	4	7	2	7	13
	10	2	5	8	3	9	14
Подтягивания на перекладине (мальчики – на высокой, девочки-на низкой)	7	1	2	4	2	5	12
	8	1	2	4	3	6	14
	9	1	3	5	3	7	16
	10	1	3	5	4	8	18
Бег 1000 м/с	7	-	-	-	-	-	-
	8	-	-	-	-	-	-
	9	6,00	5,30	5,00	7,00	6,30	6,00
	10	5,30	5,00	4,30	6,30	5,40	

Специальная физическая подготовка

Проверка навыка передачи мяча двумя руками

Условия выполнения:

Испытуемый с мячом в руках стоит в 2,5 метра от стены. По сигналу педагога он выполняет на скорости 10 передач мяча в стену. Касание или падение мяча на пол ошибкой не считается. Передачи следует выполнять наиболее экономичным способом – двумя руками от груди.

возраст	мальчики			девочки		
	Уровень (сек)			Уровень (сек)		
	низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
7-8 лет	29,0	24,0	19,0	31,5	25,5	21,5
9-10 лет	23,5	19,5	16,5	25,0	21,0	18,0
11-12 лет	21,5	17,0	15,5	23,5	19,5	16,0

Проверка навыка ведения мяча по прямой

Условия выполнения:

Испытуемый с мячом в руках стоит перед лицевой линией волейбольной площадки. По команде педагога он должен на скорости провести мяч через площадку. Финишем является противоположная лицевая линия. Учитывается время ведения мяча по прямой на расстояние 18 метров в секундах. Результат засчитывается при условии выполнения упражнения по правилам баскетбола (пробежка и двойное ведение).

возраст	мальчики			девочки		
	низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
8-9 лет	5,5	5,2	4,8	5,7	5,4	5,0
10-11 лет	5,2	4,8	4,4	5,4	5,0	4,8

Система оценки знаний в процессе обучения

Высокий уровень: обучающийся выполняет контрольное упражнение качественно, без ошибок, укладываясь в назначенное педагогом время; обладает высокими технико-тактическими навыками, хорошо владеет спортивным инвентарем, грамотно взаимодействует с игроками своей команды, умеет быстро ориентироваться на спортивной площадке и реагировать на изменение игровой ситуации. Результативно принимает участие в соревнованиях (1, 2, 3 места).

Средний уровень: обучающийся выполняет контрольное упражнение с незначительными ошибками, укладываясь в назначенное педагогом время; владеет технико-тактическими навыками удовлетворительно, умеет обращаться со спортивным инвентарем, не всегда грамотно взаимодействует с игроками своей команды; ориентируется на спортивной площадке, но несвоевременно реагирует на изменение игровой ситуации. Принимает участие в соревнованиях, не занимая призовых мест.

Низкий уровень: обучающийся выполняет контрольное упражнение с грубыми ошибками, не укладываясь в назначенное педагогом время; имеет слабые технико-тактические навыки, плохо владеет спортивным инвентарем, не взаимодействует с игроками своей команды, не ориентируется на спортивной площадке и не реагирует на изменение игровой ситуации. Не участвует в соревнованиях.

VII. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ (ПЕЧАТНЫЕ И ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ)

1. Ю. Д. Железняк, Ю.М. Портнова. Спортивные игры «Техника, тактика, методика обучения». - М., 2014 Издательство «Физкультура и спорт» - 270 с.
2. С.С. Максимова, А.Г. Женникова, О.Ю. Дружинина. 160 игр для детей младшего школьного возраста. Ижевск 2012. Издательство «Просвещение» - 175 с.
3. Ю.И. Портных. Спортивные и подвижные игры. – М., 2008. Издательство «Академия» - 32 с.
4. В.А. Дворцов. Вызов принят. Боевые хоккейные годы. Москва., 2012 – 326 с.
5. Л.Б. Горянов. Ожившие легенды. Санкт-Петербург 2008. -120 с.
6. Спортивная морфология. Учебное пособие. – М. - 2006. 260 с.

Группа № ..., год обучения...

Учебный год:

Личностные результаты

[illegible]

Таблица № 4

Аналитическая справка по вводной аттестации

объединения «Спортивные игры» ... гр. ... год обучения,учебный год

№	Ф. И.	Возраст (лет)	Прыжок в длину с места (см./балл)	Подъем туловища, лежа на спине (кол-во раз/балл)	Сгибание, разгибание рук в упоре лёжа (кол-во раз/балл)	Общее количество баллов	Уровни физической подготовленности (высокий, средний, низкий)
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							

На вводной аттестации:

0 учащихся набрали 13-15 баллов, 8 учащихся набрали 10-12 баллов, 7 учащихся набрали до 9 баллов

Уровни умений: 9 и меньше – низкий, 10-12 – средний, 13-15 – высокий.

Игры народов мира для школьников в помещении и на улице

<https://ped-kopilka.ru/igry-konkursy-razvlechenija/igry-narodov-mira-s-opisaniem-dlja-shkolnikov.html>

Калабаза (Перу)

Оборудование: Небольшие плоские камешки.

Ход игры

Участники игры на площадке обозначают расположение домов с помощью плоских камешков. Должно быть на один дом меньше, чем играющих.

Игроки встают в середине площадки и не менее 8 раз произносят: «Калабаза» («по домам»). После восьмого раза игроки разбегаются по «домам». Тот, кому не достанется «дома», подходит к кому-нибудь из игроков и спрашивает: «Масло (курица, картошка, молоко и т. д.) продается?» Тот должен ответить («Нет, продает тот, кто напротив») или назвать имя другого игрока.

Водящий идет туда, куда его направили, но и там получает подобный ответ. Пока водящий ходит от одного игрока к другому, два «домовладельца» должны успеть поменяться домами.

Задача водящего — успеть вовремя занять пустующий дом.

Если ему это удастся, то водящим становится тот, кто остался без дома.

Бег с платочком (Канада)

Оборудование: Платочек.

Ход игры

С помощью считалки выбирается водящий.

На златом крыльце сидели

Царь, царевич, король, королевич,

Сапожник, портной.

Кто ты будешь такой.

Выбирай поскорей,

Не задерживай добрых людей.

Участники игры встают в круг. Водящий берет в руки платок и обегает круг 2 раза. После этого он дотрагивается до спины одного из играющих, кладет платок на землю за его спиной и продолжает бег по кругу. Игрок, до спины которого дотронулся водящий, должен поднять платок, обогнать водящего и вернуться на свое место. Если сделать это ему не удастся, а его место успевает занять водящий, он продолжает игру уже в роли водящего.

Уксы («Стрелок») (Башкирия)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

Проводятся 2 параллельные линии на расстоянии 15 м друг от друга. Между ними чертится круг диаметром 2 м. Один игрок («стрелок») — водящий, он стоит в кругу и держит в руках мяч.

Остальные игроки начинают перебегать от одной линии к другой. «Стрелок» должен постараться попасть в них мячом. Если мяч коснулся игрока, тот становится «стрелком». Если во время перебежки игрок успел поймать брошенный в него мяч, это не считается попаданием.

Маки-мак (Украина)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Играющие стоят по кругу плечом к плечу. Один из них встает в середину круга. Это огородник. Он поет:

Ой, на горе маки-мак,

Под горою таки-так!

Участники игры берутся за руки и, отступая назад, увеличивают круг на ширину разведенных в стороны рук. При словах:

«Маки-мак, маковочки,
Золотые головочки!»

делают шаг на месте, размахивая руками. При словах:

«Станьте вы так,
Как на горе мак!»

все приседают и показывают руками, вытянутыми перед грудью, какой вырос мак.

Затем, стоя, спрашивают:

Огородник, огородник,
Поливал ли мак?

Огородник отвечает: «Поливал».

На припев

«Маки, маки, маковочки,
Золотые головочки!»

все делают шаг на месте, размахивая руками, а огородник в это время ходит в середине круга и имитирует действия поливальщика. При словах:

«Станьте вы так,
Как на горе мак»

все, стоя, показывают, как вырос мак (поднимают руки в стороны, ладони поворачивают вверх, пальцы рук немного сгибают — имитируют цветок мака). На припев

«Маки, маки, маковочки,
Золотые головочки!»

все играющие опускают руки и делают шаг на месте, размахивая руками. Потом спрашивают:

Огородник, огородник,
Поспел ли мак?

Огородник отвечает: «Поспел!»

Все участники игры повторяют песню сначала, мелкими шагами сужают круг, берутся за руки и медленно поднимают руки вверх.

На слова «Станьте так!» показывают, какая спелая головка выросла у мака.

Бросание бобов (Бразилия)

Оборудование: Бобы, лунка в земле.

Ход игры

В игру играют парами. 2 игрока встают на расстоянии 2 шагов от лунки. Первый игрок старается попасть в лунку сразу семью бобами. Бобы, которые попали в лунку, он забирает себе.

Затем наступает очередь следующего игрока. Он тоже бросает одновременно семь бобов.

Теперь игрок, у которого в лунку попало большее количество бобов, может закинуть в лунку и оставшиеся.

Если заброшены все бобы, оба игрока отходят на один шаг назад от лунки и бросают 15 бобов.

На третьем круге они опять отходят на один шаг назад и бросают уже 20 бобов сразу и так далее, пока кто-то из них не решит прекратить игру.

Выигрывает тот, кто с большего расстояния сможет забросить больше бобов.

Белая палочка (Таджикистан)

Оборудование: Белая палочка.

Ход игры

Звучит считалка:

Плыл по морю чемодан,
В чемодане был диван,

На диване ехал слон.

Кто не верит — выйди вон!

Участники игры выбирают водящего и делятся на 2 команды. Водящий незаметно от игроков прячет белую палочку (можно обернуть бумагой карандаш).

По знаку водящего все идут искать палочку. Нашедший ее кричит «Есть!» и старается отнести ее в условленное место, например в начерченный заранее на земле кружок. Ему помогают игроки его команды, а участники другой команды стараются палочку отнять.

Во время игры палочку можно передавать от одного к другому участнику команды, но перебрасывать ее нельзя.

Выигрывает та команда, которая быстрее найдет палочку и донесет ее в условленное место.

Одноногий волк и баран (Узбекистан)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Игроки делятся на 2 команды («волки» и «бараны») и образуют круг. Каждая команда должна составлять половину круга. Внутри круга встают 2 водящих (по одному от каждой команды) — «волк» и «баран».

По сигналу «волк» начинает прыгать на одной ноге, стараясь поймать «барана» в пределах круга в течение 30 с.

Если по истечении этого времени «баран» не пойман, «волка» меняют, если «волк» поймает «барана», то команды меняются ролями.

Выигрывает та команда, которая быстрее и больше поймает «баранов». Во время игры «волк» не может касаться земли или пола двумя ногами. Если «баран» приблизится на очень близкое расстояние к команде «волков», те могут осалить его, но не сходя с места.

Выверты (Украина)

Оборудование: Палки для каждого игрока.

Ход игры

Сначала по считалке выбирают первого игрока:

Бегал заяц по болоту,
Он искал себе работу,
Да работы не нашел,
Сам заплакал и пошел.

Получивший право первого броска размахивается и бросает палку как можно дальше в любую сторону, остальные участники игры вслед за первым игроком бросают свои палки, стараясь, чтобы они упали как можно ближе к палке первого или легли на нее.

Следующим бросает тот, чья палка оказалась ближе к первой. Расстояние между палками измеряют ладонью руки. Игрок, палка которого касается первой, получает 10 очков. Если между палками расстояние в одну ладонь, ему засчитывают 9 очков, две ладони — 8 очков. Если расстояние между ними больше пяти ладоней, очки не засчитываются.

Защитники крепости (Карелия)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

Играющие с помощью считалки делятся на 2 команды. Считаться можно так:

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10,
Выплывает белый месяц,
А за месяцем — луна.
Мальчик девочке — слуга.
Ты подай-ка мне карету,
А я сяду и поеду.

Я поеду в Петроград
Выбирать себе наряд,
Синий, красный, голубой —
Выбирай себе любой.

Игроки одной команды рисуют для себя на игровой площадке крепость — квадрат, каждая сторона которого равна 5 шагам.

Игроки другой команды находятся на игровом поле за пределами крепости. Они подходят к крепости на расстояние не более 5 шагов. У одного из нападающих в руках мяч, они бросают его в защитников крепости.

Тот, в кого попали, поднимает мяч и бросает его в наступающих, а те, в свою очередь, снова бросают мяч в защитников крепости. Тот, кто промахнулся, выбывает из игры.

Побеждает та команда, в которой по окончании игры осталось больше участников.

Камешки (Осетия)

Оборудование: Небольшие, хорошо отшлифованные камни округлой формы диаметром 1 см (5 штук).

Ход игры

Игрок кладет все 5 камней на ладонь, причем один камень надо держать указательным и большим пальцами. Подбросив этот камень вверх, он должен положить остальные 4 камня на землю и успеть поймать летящим вниз подброшенный камень. Если это ему удастся, игрок продолжает выполнять следующее задание. Подбросив снова камень вверх, необходимо, пока он падает, схватить один из четырех лежащих камней и поймать летящий вниз. Так по очереди нужно подбрасывать и ловить все 4 камня одной рукой. Затем таким же методом подбрасывают по 2 камня вместе, потом по 3, и, наконец, все 4 вместе.

После этого левую руку кладут на землю с таким расчетом, чтобы указательный и большой пальцы образовывали ворота. Играющий подбрасывает камень, остальные 4 рассыпает у входа в ворота и ловит подброшенный камешек. Затем, снова подбросив камень, игрок должен одним движением успеть ввести в ворота левой руки другой камень и поймать падающий. Так, по одному необходимо загнать в ворота все 4 камня, потом подбрасывать по 2, 3 камня вместе, а затем все 4.

Игрок, который первым справится с этим, становится победителем.

Тыв («Невод») (Коми)

Оборудование: Яркий платок, 4 украшенных лентами шеста.

Ход игры

Участники игры с помощью считалки выбирают водящего:

Первенчики,
Другенчики,
Круги-други,
Вон!

Он будет «рыбой». Остальные встают в круг.

Водящий надевает на голову платок и встает в центр круга.

На расстоянии 2 м от круга устанавливаются шесты.

Водящий-«рыба» старается пробраться сквозь невод (под руками играющих) и добежать до одного из шестов. Игроки должны догонять его. Если водящего не поймали и он успел дотронуться до шеста, он остается «рыбой». Если его поймают или осалят, он возвращается в круг, а водящим становится тот, кто догнал «рыбу».

Артурама (Армения)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

На площадке, где будет проходить игра, проводят черту. Один из играющих подходит к черте, наклоняет голову и упирается обеими руками в колени.

Остальные участники, находясь на расстоянии 20 м от этой черты, разбегаются и прыгают через своего товарища.

Если кому-то из участников этого сделать не удалось, Он занимает место водящего. Если все игроки смогли перепрыгнуть через своего товарища, тот отступает от нарисованной черты на 1 шаг. Игра продолжается, но при этом каждый игрок должен прыгать уже от черты.

Игрок, допустивший ошибку, становится водящим.

Гушакгойды (Туркмения)

Оборудование: Пуговица.

Ход игры

Участники игры, заложив руки за спину, садятся в круг лицом друг к другу. С помощью считалки выбирается водящий:

Сива, ива,
Дуба, клен,
Шуга-юга,
Кон!

По сигналу водящий незаметно кладет в руки одного из участников игры пуговицу. Этот игрок должен встать, а соседние игроки должны постараться удержать его за плечи. Если ему удалось встать, он становится водящим.

Вытащи платок (Азербайджан)

Оборудование: Носовые платки или косынки.

Ход игры

Участники игры делятся на 2 команды и выстраиваются друг против друга. Между ними проводится черта.

У каждого игрока за поясом находится носовой платок или косынка. По жребию одна из команд становится водящей. По команде ведущего игроки начинают двигаться вперед, переходя черту. После возгласа ведущего «Огонь!» игроки разворачиваются и бегут обратно, а противники стремятся догнать и вытащить у них из-за пояса платки. После этого команды меняются.

В игре побеждает та команда, которая захватит больше платков.

Платочек (Казахстан)

Оборудование: Платок.

Ход игры

Среди участников игры с помощью считалки нужно выбрать водящего:

Ежик, ежик, чудачок,
Сшил колючий пиджачок.
Встал в кружок и ну считать,
Нам водилку выбирать!

На игровой площадке следует начертить большой круг, за пределы которого во время игры выходить нельзя, иначе игра будет не такой интересной.

Участники игры хором считают до трех и разбегаются в разные стороны. Водящий в это время должен догнать игрока, у которого в руках есть платок, и забрать его.

Но сделать это будет не так просто: тот, кого догоняют, может передать платок другому игроку, тот — третьему и т. д.

Если водящий смог забрать у игрока платок, то водить придется тому, кто платок упустил. Если нет, то водящий остается прежний и игра продолжается.

Джендранур (Индия)

Оборудование: Игровое поле, нарисованное на картоне, на пяти квадратах которого нанесены крестики, 4 половины грецких орехов, по 4 одноцветные фишки.

Ход игры

В игру можно играть вдвоем и вчетвером.

Каждый игрок имеет свою стартовую площадку, которая отмечается на игровом поле. Стартовые площадки — это подчеркнутые клетки по краям игрового поля.

Со стартовой площадки игроки должны добраться до середины поля. У каждого игрока свой путь.

Получив право хода, игрок бросает скорлупки грецких орехов. Считать ходы нужно так:

- 1) скорлупка выпала открытой стороной — это ход на 1 клетку вперед;
- 2) две скорлупки выпали открытой стороной — это ход на 2 клетки вперед;
- 3) три скорлупки выпали открытой стороной — это ход на 3 клетки вперед;
- 4) четыре скорлупки выпали открытой стороной — это ход на 4 клетки вперед. И в этом случае игрок может бросить еще раз;
- 5) четыре скорлупки выпали спинкой — это ход на 3 клетки вперед. Игрок может бросить еще раз.

Если игрок попадает на клетку, где уже стоит фишка другого цвета (другого игрока), то она снимается и возвращается на стартовую площадку.

Фишка, попавшая на середину, выигрывает и остается там. Ее нельзя снять. Тот, у кого все четыре фишки добрались до середины, выигрывает.

Биляша (Марий Эл)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

На игровой площадке нужно начертить 2 линии, расстояние между ними — 4 м.

Игроки делятся на 2 команды и встают за этими линиями лицом друг к другу.

Один из игроков по собственному желанию с криком «Биляша!» бежит к другой команде, каждый игрок которой вытягивает вперед левую руку.

Подбежавший берет кого-нибудь из команды соперников за руку и пытается перетянуть его через всю площадку за свою линию. Если это ему удастся, он ставит пленника позади себя.

Если же сам оказывается за чертой команды противника, то становится ее пленником, встает за спиной игрока, перетянувшего его на свою сторону.

Побеждает команда, которая перетянет на свою сторону больше игроков другой команды.

Во время игры перетягивать соперника можно только одной рукой, помогать другой рукой нельзя.

Воздух, вода, огонь, земля (Армения)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

Участники игры становятся в круг, в центре круга стоит водящий. Он бросает мяч кому-нибудь из игроков, говоря при этом одно из четырех слов: «воздух», «вода», «огонь», «земля».

Если водящий сказал «земля», то игрок, поймавший мяч, должен быстро назвать какое-либо домашнее или дикое животное, «вода» — назвать рыбу, «воздух» — птицу, а при слове «огонь» все игроки должны 5 раз быстро повернуться вокруг себя, взмахивая при этом руками.

После этого мяч возвращается ведущему.

Если игрок ошибется или не сможет назвать птицу, рыбу, животное, он выходит из игры.

В игре побеждает участник, который не совершил ни одной ошибки.

Веточка зеленая (Канада)

Оборудование: Веточка с листьями.

Ход игры

Игроки встают в круг и берут друг друга за руки. Водящего можно выбрать с помощью считалки:

Интер, мици, тици, тул,
Ира, дира, дон.
Окер, покер, доминокер,
Шишел, вышел вон.
Он стоит за кругом. У него в руках зеленая веточка.
— Зеленая веточка! — говорят хором играющие. Ведущий отвечает:
— Береза!
Игроки продолжают:
— Зеленая веточка!
— Сосна, — отвечает ведущий.

Так продолжается до тех пор, пока ведущий не обойдет весь круг, называя при этом деревья.

Затем ведущий кладет веточку позади одного из играющих, который должен быстро поднять ее и догнать ведущего прежде, чем тот займет свободное место.

Тымак, уру («Сбей шапку») (Казахстан)

Оборудование

Кол (высотой около 1 м), ремень, платок, шапка, которую можно сделать из плотной бумаги.

Ход игры

Кол нужно вбить на расстоянии 30 шагов от линии старта, шапку надеть на кол.

Участнику игры завязывают платком глаза, дают ремень. Он должен, опираясь только на свою зрительную память, дойти до кол и попытаться сбить ремнем шапку.

Игроку можно сделать только 3 удара. В игре побеждает тот, кому удастся дойти до кола и с первого раза сбить шапку.

Канатоходец (Узбекистан)

Оборудование: Вербка длиной 10 м, платок. А

Ход игры

На игровой площадке нужно положить веревку.

Участникам игры необходимо по очереди передвигаться по веревочной линии, как по канату. Игрокам разрешается держать руки в стороны.

В игре проигрывают те игроки, которые оступятся или сойдут с «каната».

Игру можно немного усложнить, завязав «канатоходцу» глаза.

Ниточка с иголочкой (Украина)

Оборудование: Фанты.

Ход игры

Среди участников игры, с помощью считалки, выбирают водящего — «иголочку». Посчитаться можно так:

Мать-гусыня посидела,
Трех гусятков высидела.
Этот — желтый, весь пушистый.
Этот — желтый, золотистый,
Этот — желтый, сероватый.
Что вы смотрите, ребята?
Выходи из круга вон!

К водящему по желанию присоединяются 3—7 игроков, которые будут одной «ниточкой». Остальные участники игры в произвольном порядке размещаются на игровом поле.

Игроки-«ниточка» и «иголочка» берутся за руки и образуют цепочку. «Иголочка» должна находиться впереди.

«Иголочка» бежит по игровой площадке между стоящими игроками, делая при этом самые неожиданные повороты и зигзаги, а «ниточка» (т. е. 3—7 игроков) должна в точности повторить его путь.

Тот, кто оторвался от цепочки, платит фант, а в конце игры выполняет различные творческие задания: поет песни, читает стихи, танцует или разыгрывает небольшие сценки.

Шулдик («Чижи́к») (Казахстан)

Оборудование: Лунка, небольшая, заостренная с двух концов палочка («чижик»), бита (палка длиной около 1 м).

Ход игры

Участники игры заранее договариваются об очередности.

Первый игрок подходит к лунке, на которой лежит «шулдик» («чижик») и бьет битой по одному из заостренных концов. «Шулдик» взлетает, игрок должен битой ударить по нему так, чтобы он отлетел как можно дальше. После этого игрок оставляет биту возле лунки и отходит в сторону.

Второй игрок подбирает «шулдик» и, не сходя с места, куда тот упал, пытается попасть им в лунку или по бите.

Если это у него получится, то первый игрок выбывает из игры. Если второй игрок промахивается, то первый получает право на три дополнительных удара.

Расстояние от лунки до места падения «шулдика» можно измерять с помощью биты — таким образом набираются очки обоими игроками.

Если при следующих ударах будет хоть один промах, все очки «сгорают».

Игра может длиться до тех пор, пока кто-то из игроков не наберет определенное количество очков.

Тигр и коза (Афганистан)

Оборудование: Маски тигра и козы.

Ход игры

Игроки с помощью считалки выбирают «тигра» и «козу»:

Две заботливых старушки

Напекли внучатам плюшки.

Все вокруг стола уселись,

Чаю напились, наелись.

Захотели поиграть.

Ты лови! Мне убежать!

Остальные участники игры берут друг друга руки и образуют круг.

«Коза» стоит внутри круга, а «тигр» — за кругом. Ему нужно поймать «козу».

Игроки могут свободно выпускать и впускать «козу», а «тигра» нужно всегда задерживать.

Игра может продолжаться до тех пор, пока «тигр» не поймает «козу». В этом случае из участников игры выбирается другая пара.

Охотник, добрый день! (Швейцария)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Участники игры встают в круг, выбирается водящий-«охотник». Для этого можно воспользоваться такой считалкой:

Как-то крошка крокодил

От родителей уплыл.

Загулял он, потерялся

И от страха растерялся.

Мы поможем, так и быть!

Выходи, тебе водить!

Водящий должен ходить за спинами игроков. Он должен неожиданно дотронуться до кого-нибудь из игроков. Тот, до кого дотронулся водящий, поворачивается к нему, говорит «Охотник, добрый день!» и идет по кругу, но в направлении, противоположном движению «охотника».

Обойдя таким образом полкруга, они встречаются, игрок снова говорит «Охотник, добрый день!», и оба бегут, чтобы занять пустое место.

Тот, кто не успел это сделать, становится «охотником».

Лютый мороз (Белоруссия)

Оборудование: Белая ткань или накидка.

Ход игры

Игроки по считалке выбирают водящего, он будет играть роль «лютого мороза». Водящий надевает на себя белую накидку, остальные игроки разбегаются по площадке.

«Лютый мороз» должен бегать за игроками и пытаться осалить кого-нибудь, «заморозить».

«Замороженный» должен остановиться и развести руки в стороны.

Игра заканчивается тогда, когда водящий осалит всех игроков или 5 участников (по уговору). После этого можно выбрать нового водящего и продолжить игру.

Кто больше? (Китай)

Оборудование: Носок набить паралоном и сформировать из него мяч.

Ход игры

Игрок подбрасывает мяч и бьет по нему ногой так, чтобы он взлетал как можно выше. Он делает это столько раз, сколько ему удастся, следя за тем, чтобы мяч не падал на землю.

За каждый точный удар игроку начисляется 1 очко.

В итоге побеждает тот игрок, который наберет больше очков.

Лес, озеро, небо (Белоруссия)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

На игровой площадке нужно начертить 4 круга:

1 большой, чтобы в него поместились все играющие, и еще 3 круга на равном расстоянии от первого.

В первый круг встают все участники игры, а остальные получают названия: «лес», «озеро», «небо».

Водящий, выбирают среди игроков по считалочке:

Гномик золото искал

И колпак свой потерял.

Сел, заплакал: «Как же быть?!»

Выходи! Тебе водить!

Он называет зверя, птицу или рыбу и быстро считает до 7.

Все игроки должны за это время успеть встать в тот круг, который, по их мнению, соответствует месту обитания названного животного, птицы или рыбы.

Тот, кто не успел добежать до круга или прибежал последним, выбывает из игры.

Мешочек с фасолью (Бразилия)

Оборудование: Мешочек с фасолью на длинной веревке.

Ход игры

Из участников игры с помощью считалки выбирается ведущий:

Три веселых карапуза

На базар пошли гурьбой,

И купили три арбуза —

Темный, светлый и рябой.

Кто рябой арбуз принес,

Тот и водит! Всех за нос.

Игроки встают по кругу, ведущий — в центр.

Водящий крутит мешочек с фасолью, а игроки перепрыгивают через него. Если кто-то заденет мешочек, он выходит из игры.

Водящий, чтобы усложнить игру, может постепенно поднимать мешочек до уровня колен участников игры.

Выигрывает тот участник игры, который останется в игре последним.

Проворная лисица (Турция)

Оборудование: Маски лисы, насадки и цыплят.

Ход игры

Из участников игры нужно выбрать «лису» и «наседку».

Остальные игроки становятся «цыплятами». «Цыплята» встают за спину «наседки» и крепко держат друг друга за руки. «Лиса», медленно приближаясь к «наседке», просит отдать ей последнего «цыпленка». «Наседка» ей отказывает, тогда лиса начинает подбираться к «цыплятам» с разных сторон, стараясь при этом схватить малыша. Если «лисе» удастся поймать последнего цыпленка, она ведет его в норку и возвращается за следующим цыпленком.

Освободить своих цыплят из норы «лисы» может и сама «наседка»: она должна только дотронуться до каждого пойманного. Одновременно «наседка» защищает и остальных цыплят, стоящих позади нее.

Игра продолжается до тех пор, пока лиса не переловит всех цыплят или пока насадка не освободит их.

Тотыш уены («Ловишки») (Татарстан)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Из игроков по считалке выбирается водящий. Посчитаться можно так:

Ягодка?

Малинка,

Медок?

Сахарок.

Вышел

Иванушка?

Сам

Королек.

Затем игроки разбегаются по игровой площадке.

Водящий должен постараться осалить любого из игроков. Каждый, кого он осалит, становится его помощником.

Взявшись за руки (вдвоем, вдвоем (и т. д.)), они продолжают ловить убегающих игроков до тех пор, пока не останется один игрок. Он будет считаться победителем.

Пойманные игроки могут ловить всех остальных, только взявшись за руки.

Сяра серей («Летучая мышь») (Чувашия)

Оборудование: Две тонкие планочки, веревка.

Ход игры

Планочки нужно связать крест-накрест, получится вертушка — «летучая мышь».

Участники игры делятся на 2 команды и выбирают капитанов.

Капитаны команд встают в центр игровой площадки, остальные игроки — вокруг них.

Один из капитанов первым бросает «летучую мышь» высоко вверх. Все остальные игроки пытаются поймать ее при падении еще в воздухе или на земле. Игрок, поймавший «летучую мышь», отдает ее капитану своей команды, который повторяет бросок. За каждый повторный бросок капитана команде начисляется 1 очко.

Игра продолжается до тех пор, пока какая-либо команда не наберет 20 очков.

Пасадка бульбы («Посадка картошки») (Белоруссия)

Оборудование: Мешочек с 5 камешками.

Ход игры

Участники игры делятся на 2 команды по 5 человек. Игрок, который стоит первым, — капитан, он держит в руках мешочек с 5 картофелинами.

На расстоянии 30 шагов от каждой колонны нужно начертить 5 кружков.

По сигналу капитаны бегут к кружочкам и сажают «картошку», по одному в каждый кружок, затем они возвращаются и передают мешочек следующему игроку, который взяв мешочек, должен теперь собрать «картошку» и т. д.

В игре побеждает та команда, которая быстрее справится с заданием.

Рапла («Король работников») (Эстония)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Из игроков по считалке выбирается водящий:

Чищу овощи для щей.

Сколько нужно овощей?

Три картошки, две морковки,

Луку полторы головки,

Да петрушки корешок,

Да капустный кочешок.

Потеснись-ка ты, капуста,

От тебя в кастрюле густо!

Раз-два-три, огонь зажжен?

Кочерыжка, выйди вон!

Водящий становится «королем работников», все остальные игроки — «работниками».

На игровом поле чертят 2 линии на расстоянии 30 шагов друг от друга. Водящий встает за одной чертой, «работники» — за другой.

Работники подходят к королю и ведут с ним беседу:

— Здравствуйте, король работников!

— Здравствуйте! Кто вы?

— Мы работники!

— Что вы умеете делать?

— Мы умеем делать любую работу!

После этих слов участники игры изображают какой-либо вид деятельности, о котором они должны договориться заранее, например, колоть дрова, пилить деревья, шить и т. д.

Если «король» угадает, что они делают, игроки бегут к своей черте, а водящий пытается их догнать и запятнать. Тот, кого водящий догнал, становится помощником «короля» и помогает ему ловить игроков.

Игра продолжается до тех пор, пока все «работники» не будут пойманы.

Школа мяча (Австрия)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

Игрок встает в 3 м от стены, поднимает руки над головой, бьет мячом о стену и, когда мяч отскакивает, ловит его в том же положении с поднятыми руками.

Задания в этой игре даются по степени сложности — по классам.

Первый класс. Игрок бросает мяч о стену и левой рукой ловит его. Затем левой рукой бросает о стену, а правой ловит, потом наоборот.

Второй класс. Высоко подняв правую ногу, игрок бросает мяч из-под нее и, когда мяч отскакивает, ловит его. То же задание надо выполнить с левой ногой.

Третий класс. Игрок стоит спиной к стене, наклоняется назад и из этого положения бросает мяч. Затем, повернувшись лицом к стене, ловит его.

Четвертый класс. Игрок бросает мяч о стену, когда тот отскакивает, ладонью снова ударяет по нему и после этого ловит. Это упражнение повторяется 3 раза.

Пятый класс. То же, что и в четвертом, только прежде чем поймать мяч, надо ударить дважды о стену ладонью.

Шестой класс. То же самое, но о стену ударить трижды.

Седьмой класс. Игрок стоит спиной к стене и бросает мяч, затем поворачивается и отбивает мяч ладонью, потом ловит.

Восьмой класс. Так же, как седьмой. Отскочивший мяч надо дважды ударить о стену, а потом поймать.

Девятый класс. То же, что восьмой, но мяч ударяют о стену трижды.

Десятый класс. Игрок бросает мяч оземь, когда он отскакивает, дважды ударяет о стену, затем ловит.

Одиннадцатый класс. Игрок берет по мячу в обе руки. Сначала бросает о стену мяч правой рукой и ловит его, затем тоже проделывает левой.

Игрок, который допускает ошибку или упускает мяч, пропускает ход.

Выигрывает тот, кто смог пройти все классы и ни разу не допустил ошибки.

Камушек на ладони (Бирма (Мьянма))

Оборудование: Небольшой камешек.

Ход игры

Участники игры выстраиваются в шеренгу на расстоянии 40 см друг от друга. Вытянутые руки с раскрытыми ладонями держат за спиной.

Водящий стоит за спиной игроков. У него в руке камешек.

Водящий идет вдоль шеренги и делает вид, будто хочет дать камешек кому-то из игроков. Участники игры при этом не должны оглядываться. Через некоторое время водящий опускает камешек в чью-то руку. Игрок, в руках которого оказался камешек, должен быстро выйти из шеренги. Соседи справа и слева должны его остановить или осалить, прежде чем он сдвинется с места, но при этом сами не должны сходить с линии. Если им не удастся его схватить, он может вернуться на место, и игра продолжится. Если его схватят, он меняется местами с ведущим, а игра продолжается.

Выигрывает тот, кто сможет выйти из круга и ни разу не будет осален.

Слепой медведь (Дагестан)

Оборудование: Колокольчики по числу участников, платок.

Ход игры

Из участников игры выбирается водящий-«медведь», ему завязывают глаза. Остальные игроки расходятся по игровой площадке с колокольчиками в руках.

По сигналу игроки тихонько позванивают в колокольчики. «Медведь» должен, двигаясь на этот звук, постараться запятнать игрока, который в таком случае становится водящим.

Балтени (Латвия)

Оборудование: Обтесанная палка длиной 50 см.

Ход игры

Играть в эту игру лучше на лесной лужайке или на поле. Все играющие, за исключением одного, ложатся на траву лицом вниз и закрывают глаза.

Водящий бросает балтени («палку») в кусты так, чтобы игроки не сразу могли ее найти.

После команды водящего «Готово!» участники игры вскакивают и бегут искать балтени.

Тот, кто смог найти ее первым, становится водящим.

Собери урожай (Таджикистан)

Оборудование: Мяч, яблоки или небольшие камешки, корзина, стул.

Ход игры

На стул нужно положить яблоко или Камешек. Участники игры должны по очереди подходить к стулу, брать мяч и подбрасывать его вверх. Пока мяч не коснется земли, игроку нужно успеть собрать «урожай» — взять со стула яблоко или камешек и положить

его в корзину. Игрок который справится с этим заданием, продолжает игру. Теперь на стуле должно лежать 2, 3, 4 ... яблока или камешек.

В игре побеждает тот, кто смог собрать наибольшее количество яблок или камешков за то время, пока мяч был в воздухе.

Яндан бок («Прыжки через ров») (Туркмения)

Оборудование: Две веревки длиной 1 м.

Ход игры

На игровой площадке нужно расположить параллельно 2 веревки на расстоянии 50 см одну от другой — это ров.

Игроки делятся на 2 команды. Команды выстраиваются по обе стороны рва на расстоянии 5 шагов от него. По очереди игроки с закрытыми глазами подходят ко рву и прыгают после слов:

Если хочешь Ловким быть,
Если хочешь Сильным быть,
Если хочешь
Быть здоров,—
Прыгай точно
Через ров!

В игре побеждает та команда, в которой большее количество игроков сможет перепрыгнуть через «ров», не наступив на веревку.

Будь точным (Германия)

Оборудование: Мишень диаметром 1 м с отверстием в центре (15 см), 3 мяча.

Ход игры

Игроки по очереди подходят к мишени на расстояние 5 м и пытаются попасть в цель (отверстие) мячом. Одно попадание — 1 очко.

В игре побеждает участник, который заработает больше очков.

Ачифт («Поймай») (Абхазия)

Оборудование: 7 тоненьких, хорошо отшлифованных палочек длиной 12 см.

Ход игры

По жребию один из игроков начинает игру. Он кладет палочки на тыльную сторону ладони, подбрасывает их вверх, а затем ловит.

Сколько палочек он смог поймать за один бросок — столько очков заработал.

Выигрывает тот игрок, который наберет больше очков.

Конкурс цветов (Корея)

Оборудование: 2 ветки дерева (можно сухие), бумажные цветы на нитках по количеству участников игры.

Ход игры

Нужно установить на игровой площадке 2 ветки на расстоянии 3 м одну от другой.

Ведущий раздает игрокам бумажные цветы, к которым пришита короткая петля из прочной нитки.

Игроки делятся на 2 команды и выстраиваются в колонны на расстоянии 15 м от веточек.

По сигналу ведущего игроки, стоящие первыми, бегут каждый к своему дереву, вешают цветок, возвращаются обратно и встают в конце своей колонны.

Выигрывает та команда, которая повесит цветы на дерево раньше и так, чтобы ни один цветок не упал.

Хромая уточка (Украина)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

На игровом поле нужно отметить границы игровой площадки. Из игроков с помощью считалки выбирается водящий:

Тучи, тучи, тучи, тучи,

Скачет конь большой, могучий.

Через тучи скачет он,

Кто не верит? Выйди вон!

Он будет «хромой уточкой». Остальные игроки расходятся по площадке, встают на одну ногу, а согнутую в колене другую ногу придерживают рукой.

Участники игры произносят слова: «Солнце разгорается, игра начинается!» «Хромая уточка», прыгая на одной ноге и придерживая другую ногу рукой, пытается осалить кого-нибудь из играющих.

Игрок, который был самым ловким и остался неосаленным, становится водящим.

Попади в комнату (Австрия)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

На земле нужно нарисовать квадрат, сторона которого равна 15 м, — это «комната».

Участники игры делятся на 2 команды. Одна команда располагается в «комнате», другая — по ее периметру.

Игру начинают игроки, которые стоят за «комнатой». Они перекидывают друг другу мяч, а потом неожиданно для игроков второй команды бросают мяч в квадрат, стараясь при этом попасть в кого-нибудь из игроков.

При этом игроки, находящиеся в «комнате», должны уворачиваться от мяча, не покидая пределов квадрата. Кроме того, они могут поймать мяч и, если это у них получится, перебрасывая его друг другу, неожиданно отправить в сторону своих противников, стараясь тоже попасть в кого-нибудь из соперников.

Если игроки, которые стоят за квадратом, бросят мяч в комнату, но ни в кого не попадут, им записывается очко. То же правило действует и по отношению к участникам игры, которые стоят в «комнате». Команда, получившая 4 очка, выводит из игры 1 человека, того кто чаще совершал промахи. Команда, потерявшая больше игроков, считается проигравшей.

Путнс без лиздас («Птица без гнезда») (Латвия)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Участники игры делятся на пары и встают в большой круг на некотором расстоянии друг от друга. Участник игры, который в паре стоит ближе к кругу — «гнездо», другой — «птица».

В центре круга нужно начертить небольшой круг, туда встает водящий. Он должен считать: «Один...» — игроки, которые изображают «гнезда», ставят руки на пояс, «два» — игрок-«птица» кладет руки на плечи игроку, стоящему впереди и изображающему «гнездо», «три» — птицы вылетают из гнезда и летают по всей игровой площадке.

По сигналу водящего «Птицы по домам!» каждая птица должна успеть занять свой дом-«гнездо» (встать за игроком-«гнездом» и положить ему руки на плечи).

Пока птицы возвращаются в гнезда, водящий должен успеть занять одно из гнезд.

Игрок, которому не досталось гнезда, становится водящим.

Де-а мерул («Яблоко») (Молдавия)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Участники игры, взявшись за руки, встают в круг. С помощью считалки выбирается водящий:

Трынцы-брынцы, бубенцы,

Раззвонились удалцы,

Диги, диги, диги, дон,

Выходи скорее вон!

Водящий встает в центр круга и говорит:

Яблоко, спелое яблоко,

Ветер подует, оно упадет.

Пока водящий произносит эти слова, игроки бегают по кругу. Как только он закончил речь, игроки должны присесть на корточки.

Участник игры, который не успел присесть или упал, выбывает из игры.

Игра продолжается до тех пор, пока в кругу не останется 3 игроков. Они и считаются победителями.

Пять, пятнадцать, пятьдесят (Латвия)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Участники игры встают в круг на расстояние вытянутых в стороны рук. В центре круга — водящий, которого можно выбрать с помощью считалки:

Раз, два,

Три, четыре.

Сосчитаем

Дыры в сыре.

Если в сыре

Много

Дыр,

Значит,

Вкусным будет сыр.

Если в нем

Одна

Дыра,

Значит, вкусным

Был

Вчера.

Когда водящий произносит: «пять», игроки поднимают руки в стороны, при слове «пятнадцать» поднимают руки вверх, при слове «пятьдесят» кладут их на пояс. Водящий может придумать и другие движения. По ходу игры водящий может называть любое число из перечисленных выше. Участники игры должны быстро выполнить соответствующие движения. Игрок, допустивший ошибку, выбывает из игры.

Выигравшим считается тот, кто ни разу не совершил ошибки.

Белый медведь (Канада)

Оборудование: Маска медведя.

Ход игры

На игровой площадке с помощью камней размечается небольшая продолговатая площадка — «берлога медведя».

По считалочке из играющих выбирается водящий:

Раз, два, три,

Четыре, пять,

Будем в прятки

Мы играть.

Небо, звезды,

Луг, цветы?

Ты пойд-ка

Поводи!

Водящий будет белым медведем.

«Медведь» сидит в «берлоге», а остальные игроки распределяются по игровой площадке. Неожиданно из «берлоги» слышатся слова: «Белый медведь идет!» Он выбегает из своего домика и стремится догнать кого-нибудь из играющих.

Кого водящий осалит, того «медведь» прячет в своей берлоге.

Побеждает игрок, которого «медведь» не сможет поймать.

Если сможешь, повтори! (Конго)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Участники игры встают полукругом, в центре — водящий. Он демонстрирует игрокам самые разные движения — приседает, поднимает левую руку, прыгает и т. д. Остальные участники игры должны точно повторить за ним движения.

Если игрок ошибается, водящий встает на его место, а игрок превращается в водящего.

Поймай мешочек (США)

Оборудование: Небольшой мешочек, наполненный горохом.

Ход игры

Игроки встают в круг и начинают перебрасывать друг другу мешочек с горохом. Не поймавший мешочек игрок выбывает из игры.

Выигрывает тот, кто останется в кругу.

Эту игру можно усложнить: прежде чем бросить мешочек, нужно назвать первый слог какого-нибудь слова, а участник, который должен его поймать и закончить слово.

Галочки-палочки (Молдавия)

Оборудование: Палочка длиной 10 см и диаметром 3 см, палки длиной 1 м и диаметром 5 см (по числу участников).

Ход игры

Игроки образуют круг. Они должны встать так, чтобы при взмахах палки не задевать друг друга.

После слов «Еката, беката, абул, фамабул, дуката, думнята, бумс!» первый игрок бросает палку. Для этого он должен взять в левую руку маленькую палочку и, подняв ее вверх, подбить большой палкой так, чтобы она переместилась к любому игроку, который должен отбить ее другому. Процесс должен продолжаться до тех пор, пока палочка не упадет.

Игрок, который не смог отбить палочку, и она упала, получает штрафное очко. Если игрок получает 3 штрафных очка, он становится «галкой». Участник игры, который стал «галкой» 3 раза, выходит из игры.

Оставшийся в кругу последним, становится победителем.

Млын («Быстрая мельница») (Молдавия)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

Участники игры встают в круг на расстояние и не менее 2 м друг от друга. Один из игроков передает мяч своему соседу, тот — своему, и так по кругу.

Постепенно скорость передачи мяча должна возрастать. Участник игры, который упустит мяч или передаст его неправильно (сильно бросит), выходит из игры.

Победителем объявляется тот, кто останется в игре последним.

Жасу тилтас («Гусиный мост») (Литва)

Оборудование: Маски волка и медведя.

Ход игры

Из числа участников игры выбираются «волк», «медведь», «гусак», все остальные играющие — «гуси». «Волк» и «медведь» берутся за руки, а «гуси» выстраиваются перед ними.

Впереди участников игры стоит «гусак», который ведет беседу с «волком» и «медведем»:

- Куда летите, гуси?
- Через моря в теплые края.
- Не перелетите.
- Положим соломинку и перейдем.
- Она сломается.

- Положим доски.
- Их вода смывает.
- Мой отец — мастер. Он сделает железный мост, и мы пройдем.

После этих слов «волк» и «медведь» поднимают руки, а «гусак» с остальными игроками проходят через эти ворота. «Волк» и «медведь», опустив руки вниз, пытаются поймать последнего игрока.

Если это им удастся, они спрашивают его, к кому он хочет идти — к «волку» или «медведю».

Выбрав одного из них, «гусь» становится за его спиной.

«Гуси» проходят через ворота до тех пор, пока не возникнут 2 группы — команда «волка» и команда «медведя».

После этого обе команды выстраиваются друг против друга перед начерченной на земле линией. Участники каждой команды держат за пояс впереди стоящего, а «волк» с «медведем» сцепляются руками. Каждая цепь игроков тянет в свою сторону.

В игре побеждает команда, цепь которой в игре не оборвется или первый игрок, которой не переступит через отмеченную линию.

Гнездо черепахи (Малайзия)

Оборудование: Теннисные мячики.

Ход игры

Из игроков с помощью считалки выбирается водящий:

Вдоль по речке, по Десне,

Едет парень на бревне.

Видит парень: в глубине

Старый дуб лежит на дне.

Парень тут же прыгнул в воду,

Сунул руку под колоду,

Под колодою — нора.

Выходить тебе пора.

Водящий будет «черепахой». Остальные участники встают в круг. Водящий-«черепаха» кладет «яйца» — мячики — в центре круга.

Участники игры должны попытаться забрать у «черепахи» «яйца» и при этом не попасться ей.

Игрок, которого «черепаха» осалит, занимает место водящего, и игра продолжается.

Следопыты (Татарстан)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

Участники игры разбиваются на 2 команды и выстраиваются в колонну за линией старта.

Для каждой команды, начиная со старта, нужно нарисовать одинаковые непрерывные прямые линии, круги, зигзаги, спирали и т. д.

Первые игроки команд (капитаны) по сигналу начинают перемещаться по нарисованным отметкам, а возвратившись, должны коснуться руками вторых игроков команд и встать в конце колонны. Остальные участники игры тоже пробегают это же расстояние.

В игре побеждает та команда, которая закончит эстафету быстрее.

Игру можно немного усложнить. Для этого каждой команде нужно выдать мяч и предложить игрокам проходить заданную дистанцию, отбивая мяч от земли.

Самый меткий (Казахстан)

Оборудование: По три небольших камешка круглой формы для каждого участника игры.

Ход игры

Все участники игры выстраиваются в колонну. От линии, где стоят игроки в 15, 20 и 25 шагах нужно выкопать по одной лунке диаметром не более 20 см.

Игрокам нужно по очереди забросить камешки в лунки, причем за попадание в ту или иную лунку начисляются баллы — 15, 20, 25.

В игре побеждает игрок, который наберет большее количество баллов.

Кишимии («Изюминки») (Азербайджан)

Оборудование: Мячи.

Ход игры

На игровой площадке нужно начертить круг, диаметр которого зависит от числа играющих, т. е. чем играющих будет больше, тем больше должен быть круг. Игроки делятся на 2 команды. По жребию одна команда встает в круг, вторая остается за кругом.

Нескольким игрокам, стоящим за кругом, раздают мячи, но так, чтобы игроки, которые стоят в кругу, не видели и не знали, у кого они находятся.

Игроки с мячами условно нумеруются, но делают это так, чтобы номер каждого игрока знали только игрок и водящий. Команда, которая стоит за кругом, начинает круговое движение. Водящий называет номер одного из игроков, тот должен быстро бросить мяч и осалить любого игрока, который стоит в кругу. Осаленный игрок выбывает из игры.

Если бросивший мяч не попадает в игрока, он выбывает из игры, а мяч передает другому. Игра продолжается до тех пор, пока в команде, которая стоит в кругу, не останется один человек, он и объявляется победителем.

Поймай его (Греция)

Оборудование: Небольшой камешек округлой формы.

Ход игры

Все, кто принимает участие в игре, выстраиваются в одну шеренгу, напротив них встает водящий, у которого в руках зажат камешек.

Игроки протягивают вперед руки со сложенными лодочкой ладонями.

Водящий ходит перед игроками и делает вид, словно хочет положить камешек в ладони игроков, а затем незаметно опускает его в чьи-нибудь ладошки.

Игрок, которому достался камешек, должен выйти из шеренги и постараться добежать до заранее обозначенного места. Остальные участники должны его догнать и поймать, пока он не пересек условную границу.

Если игрока не поймали, он становится водящим.

Пожарная команда (Германия)

Оборудование: Стулья по числу участников игры.

Ход игры

Стулья нужно расставить на игровой площадке по кругу спинками внутрь. Игроки («пожарные») прохаживаются вокруг установленных стульев под музыку или счет.

Как только счет прекращается или музыка стихает, игроки должны положить на стул, возле которого они остановились, любой предмет одежды. Далее игра продолжается.

После того как каждый участник снимет с себя три предмета одежды (они должны оказаться на разных стульях), водящий дает сигнал тревоги («Внимание, пожар!»), после чего игроки должны быстро отыскать свои вещи и надеть их.

Побеждает участник игры, который быстрее всех найдет и наденет свои вещи.

Добеги вдвоем (Туркмения)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

На игровой площадке нужно начертить 2 параллельные линии на расстоянии 50 см друг от друга — это линии старта и финиша.

Все участники игры разбиваются на тройки. 2 игрока, которые стоят по краям берутся за руки, а игрок, стоящий в середине, закидывает одну ногу на руки своих товарищей так, чтобы она висела в воздухе.

По сигналу водящего все тройки начинают движение к финишу, причем среднему игроку в тройке нужно прыгать на одной ноге.

Тройка, которая первой доберется до финиша, выигрывает.

Если средний игрок во время движения к финишу будет не слишком ловким и аккуратным и коснется ногой земли, то вся тройка выбывает из гонки. Игроку, который стоит в середине, нельзя виснуть на плечах своих товарищей.

Зайцы и плетень (Белоруссия)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Участники игры с помощью считалки должны разделить на 2 равные по силам команды — «зайцы» и «плетень»:

Раз, два, три, четыре, пять,

Надо солнышку встать.

Шесть, семь, восемь, девять, десять,

Солнце спит, на небе месяц.

Разбегайся кто куда,

Завтра новая игра.

На игровой площадке нужно начертить две параллельные линии — это коридор. Он должен быть шириной 20 см.

Игроки, которые будут изображать плетень, берутся за руки и встают в центре коридора, а «зайцы» должны стоять на одном из концов площадки. Игроки-«плетень» читают:

Заяц, заяц не войдет

В наш зеленый огород!

Плетень, заплетайся,

Зайцы лезут, спасайся!

После последних слов игроки-«зайцы» бегут к плетню и стараются разрушить его, т. е. проскочить под руками играющих.

«Зайцы», которые смогли преодолеть препятствие, собираются на другом конце коридора, а тем, кого задержали, говорят: «Иди назад, в лес, морковку погрызи!» Они выбывают из игры.

Игра повторяется до тех пор, пока не переловят всех «зайцев». После этого участники меняются ролями.

Побеждает та группа, которая переловит всех «зайцев» при меньшем количестве забегов.

Хлибчик («Хлебец») (Украина)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Участники игры делятся на пары, один игрок должен быть без пары, он будет водящим-«хлибчиком». Пары встают друг за другом на некотором расстоянии от водящего. Игру начинает водящий, он говорит:

— Пеку-пеку хлибчик!

— А нам выпечешь? — спрашивает последняя пара.

— Выпеку! — отвечает водящий.

— А убежишь? — спрашивает последняя пара?

— Посмотрим! — отвечает водящий.

После этих слов пара, стоящая последней, разбегается в противоположных направлениях для того, чтобы соединиться и встать перед водящим-«хлибчиком», а тот в это время должен попытаться поймать одного из игроков пары до того, как они возьмутся за руки.

Если это у него получится, он вместе с пойманным составляет новую пару, которая должна встать впереди, а игрок, оставшийся без пары, становится водящим-«хлебчиком». Игра продолжается.

Успей поймать мяч! (Италия)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

Участники игры делятся на 2 команды — команду мальчиков и команду девочек.

Водящий подбрасывает мяч вверх. Если мяч поймают девочки, они должны так перебрасывать мяч друг другу, чтобы он не попал в руки мальчиков, и наоборот, если мяч поймают мальчики, то они должны перебрасывать его так, чтобы он не попал к девочкам.

В игре побеждает та команда, которая дольше сможет удержать мяч. Передавая мяч от игрока к игроку, нельзя касаться товарища рукой, а также долго держать мяч в руках.

Поймай хвост дракона! (Китай)

Оборудование: Платок.

Ход игры

Участники игры выстраиваются в колонну друг за другом. Каждый участник кладет правую руку на правое плечо впереди стоящего игрока. У последнего игрока за поясом находится платок.

Игрок, который стоит впереди, «голова» дракона, последние — его «хвост».

«Голова» дракона должна попытаться поймать свой «хвост» и завладеть платочком. Игроки должны находиться в постоянном движении, тело обязано послушно следовать за «головой», а «голова» должна стремиться забрать у последнего игрока платок.

Если первому игроку удастся завладеть платком, то стоящий последним игрок встает впереди и превращается в «голову» дракона, а платок отдает игроку, который стоял в шеренге предпоследним.

Оживи статую (Армения)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Участники игры делятся на «ловцов» и «убегающих», причем, на каждых 5 убегающих назначают ловца.

По команде водящего «ловцы» выходят за пределы игрового поля, а команда убегающих должна свободно расположиться на площадке. По сигналу водящего «ловцы» начинают преследовать остальных игроков, стараясь кого-то осалить. Осаленный участник игры должен тут же остановиться и замереть в том положении, в котором его осалили.

Того, кто замер, может оживить любой убегающий игрок, коснувшись его.

Игра заканчивается тогда, когда все игроки будут осалены.

Один в круге (Венгрия)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

Участники игры встают в круг и перебрасывают друг другу мяч до тех пор, пока кто-то не ошибется и не уронит его. Уронивший мяч игрок выходит в середину круга.

Затем игроки продолжают перебрасывать мяч, но стараются, чтобы его не перехватил стоящий в центре. Необходимо, чтобы мяч попал в него. Если все же центральному игроку удастся поймать мяч, он может бросить его в любого. Игрок, в которого он попадет, занимает его место.

Игра становится интереснее, если идет в быстром темпе, а неожиданная передача заставляет стоящего в центре вертеться и попрыгать.

Английский сыщик (Англия)

Оборудование: Небольшая игрушка.

Ход игры

Из участников игры с помощью считалки нужно выбрать водящего, он будет английским сыщиком. Считалка может быть такой:

Ана, дэус, рики, паки,
Дормы кормы констунтаки,
Дэус дэус канадэус — бац!
Эне-бене, рики-таки,
Буль-буль-буль,
Караки-шмаки,
Эус-деус-краснодеус,
Бац!
Эне, бене,
Лики, паки,
Цуль, буль-буль,
Калики-цваки,
Эус-беус, клик-мадеус, бокс...

Остальные игроки встают в одну линию сплошной стеной, плотно прижавшись друг к другу боками. Руки у игроков должны быть за спиной. У одного из играющих в руках игрушка.

«Английский сыщик»-водящий поворачивается к игрокам спиной, считает до десяти и поворачивается к игрокам.

Пока он считает, игроки передают друг другу за спиной игрушку.

Как только «сыщик» повернулся, все замирают. Теперь задача «сыщика» — используя свои детективные способности и дедуктивный метод, определить, у кого из игроков находится искомый предмет.

Если «английский сыщик» нашел пропажу, он возвращается в ряды игроков, а незадачливый воришка отправляется работать сыщиком.

Маленькая лодочка (Бразилия)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Все участники игры встают в круг, берутся за руки и, двигаясь по кругу, произносят слова:

Маленькая лодочка по морю плыла,
Ветер подул, она потонула.
В этом виновата Катя (имя участника игры),
Потому что она не умеет грести.

Как только называют имя участника, тот должен быстро повернуться спиной, взять своих соседей за руки и продолжить хоровод.

Игра продолжается до тех пор, пока все участники игры не повернуться спиной к центру круга.

Вторая половина игры начинается со слов:

Если б я был рыбкой,
Я бы мог поплавать.
Я бы спас Катюшу (имя участника игры)
И забрал в свой дом.

Названный игрок должен повернуться, но уже лицом к центру. Игра продолжается до тех пор, пока игроки все не повернуться лицом к центру.

Игрок, который замешкался и не смог вовремя повернуться, выбывает из игры.

Утиная охота (Белоруссия)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

Игроки с помощью считалки делятся на 2 команды: «уточки» и «охотники».

Считалку можно использовать такую:

— Аист-аист, аист — птица,
Что тебе ночами снится?
— Мне болотные опушки,
— А еще?
— Еще лягушки.

Их ловить не изловить.

Вот и все, тебе водить!

После этого «охотники» встают в большой внешний круг и очерчивают его. «Утки» встают и очерчивают внутренний малый круг на расстоянии 3 м от круга «охотников». По сигналу «охотники» начинают «стрелять» в «уток», стараясь попасть в них мячом. При этом ни «охотникам», ни «уткам» нельзя выходить из очерченных кругов.

«Осаленный» мячом игрок выходит из игры.

Как только все утки будут пойманы, команды должны поменяться ролями.

Шторм на море (Эстония)

Оборудование: Стулья по числу участников игры.

Ход игры

Участники игры сидят на стульях, стоящих по кругу. Водящего выбирают с помощью такой считалки:

Завтра с неба прилетит
Синий-синий-синий кит,
Если веришь, стой и жди,
А не веришь — выходи!

Он должен присвоить каждому игроку название какого-либо предмета, который может быть на корабле, например якорь, штурвал, каюта и т. д.

После этого водящий начинает движение по внешнему кругу за спинами сидящих и рассказывает о плавании на корабле, называя при этом предметы, которые просто необходимы для морского путешествия.

Все «предметы», которые назвал водящий, должны встать и выстроиться друг за другом, следуя при этом за водящим.

После того, как все игроки встали, водящий говорит: «На море шторм!». Участники игры начинают изображать штормящее море. После команды водящего «Шторм стих!» игроки должны быстро занять свои места на стульях, при этом водящий тоже должен попытаться занять чей-то стул.

Игрок, которому стул не достался, становится водящим, и игра продолжается.

Прятки с палкой (Туркмения)

Оборудование: Палка длиной 50 см.

Ход игры

На игровой площадке нужно начертить круг диаметром 1 м, в центр которого следует положить палку. По считалке нужно выбрать водящего. Можно воспользоваться такой считалкой:

Еники-беники, ели вареники,
Еники-беники клец,
Вышел кудрявый матрос.

После этого водящий отворачивается, а кто-то из игроков должен взять палку и отбросить ее в любую сторону как можно дальше. Водящий должен ее найти и положить обратно в круг. Пока водящий ищет палку, участники игры должны спрятаться.

После того как водящий найдет и положит палку на место, он начинает искать игроков.

Найденные игроки должны раньше водящего добежать до круга и коснуться палки. Игрок, найденный последним или прибежавший после водящего, занимает его место.

Звон колокольчика (Лаос)

Оборудование: Колокольчик.

Ход игры

На ветку дерева нужно привязать колокольчик. У колокольчика лицом к дереву стоит водящий и читает любое короткое стихотворение или считает до двадцати. В это время игроки должны спрятаться.

Закончив считать или читать стихотворение, водящий идет искать игроков. Обнаружив кого-нибудь, водящий бежит и звонит в колокольчик. Если это удастся водящему прежде, чем найденный игрок сам добежит до колокольчика, то выбитый игрок становится пленником, а поиски продолжаются. Если найденный игрок первым добежит до колокольчика и успеет позвонить в него, он спасается, водящий снова начинает считать или читать стихотворение, а участники игры снова прячутся.

Участники игры могут договориться между собой и по условному знаку одновременно выбежать из своих укрытий и позвонить в колокольчик. Если это им удастся, то водящий остается на следующий кон.

Охотник с мячом (Франция)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

Из участников игры выбирается водящий-«охотник». Игроки собираются в круг, в центре круга стоит водящий, на счет «три» он подбрасывает вверх мяч и ловит его тогда, когда он отскочит от земли. Так он должен подкинуть мяч 3 раза.

В то время, пока водящий подкидывает и ловит мяч, игроки разбегаются по площадке, так как «охотник», поймав третий раз мяч, сразу же бросает его в ближайшего игрока.

Игрок, которого выбьет «охотник», становится его «собакой» и должен помогать ему. «Собаки» не имеют право выбивать игроков, но могут поймать отскочивший мяч и бросить его «охотнику». В этой игре игроки могут защищаться. Если они поймают мяч, которым их хотели выбить, они могут передавать его друг другу, выбить помощника «охотника». Выбитая «собака» снова становится игроком.

Игра заканчивается, если «охотник» с помощью «собак» выбьет всех или признает свое поражение.

Поезд без депо (Аргентина)

Оборудование: Свисток.

Ход игры

Каждый участник игры («вагон») строит себе «депо» — очерчивает небольшой круг. В середине площадки стоит водящий-«паровоз», которого можно выбрать с помощью такой считалки:

Над горою солнце встало
С неба яблоко упало,
По лазоревым лугам
Покатилось прямо к нам!
Покатилось, покатилось,
В речку с мостика свалилось,
Кто увидел — не дремли,
Поскорей его лови!
Кто поймал, тот молодец,
Ведь считалочке конец!

У водящего-«паровоза» своего «депо» нет. Он ходит от одного «вагона» к другому. Игрок, к которому он подходит, идет за ним, положив ему руки на плечи. Так должны собраться все «вагоны» и выстроиться друг за другом. Неожиданно для всех участников игры водящий 3 раза свистит в свисток. При этом сигнале все должны устремиться к своим «депо», водящий бежит вместе со всеми.

Игрок, который остался без места, становится водящим- «паровозом».

Английские салки (Англия)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Игровую площадку нужно разделить на 3 полосы, средняя из которых будет «адам». В «аду», взявшись за руки, стоят двое водящих. Они — «черти». Остальные участники игры парами встают на крайних полях и стараются перебраться от одного поля к другому через «ад».

«Черти» должны ловить их, и, если это у них получается, пойманные становятся «чертями», т. е. водящими.

Паре, оставшейся последней и не попавшей в «ад», присуждаются лавры победителей.

Попади в цель! (Словакия)

Оборудование: Картонная коробка из-под обуви, шарики.

Ход игры

Коробку нужно положить на бок, по нижней линии дна прорезать шесть дырочек. Дырки должны быть разного размера, но такие, чтобы даже сквозь самую маленькую дырочку мог свободно пройти шарик.

Дырочки нужно пронумеровать с 1 по 6, причем самая маленькая получает номер 6.

Среди игроков выбирается водящий. Его можно выбрать с помощью такой считалки:

Раз, два, три, четыре,

Пять, шесть, семь, восемь —

Ходит бабка

С длинным носом,

А за нею дед.

Сколько деду лет?

Говори поскорей,

Не задерживай людей!

Водящий будет владельцем тира. У него есть много шариков. К нему по очереди подходят участники игры, он дает им по 6 шариков, они отходят от коробки на расстояние в 5 шагов и выстраиваются в колонну.

После этого игроки по очереди катят шарики к коробке. Если он попадает в дырочку, владелец тира начисляет игроку количество очков, которое соответствует номеру дырочки.

В игре побеждает тот, кто наберет больше очков.

Царь зверей (Литва)

Оборудование: Мяч.

Ход игры

Среди участников игры выбирается водящий — «царь зверей», остальные игроки — «звери». Выбрать водящего можно с помощью такой считалки:

Трынцы, брынцы, бубенцы,

Раззвонились удалцы,

Диги, диги, диги, дон,

Выходи скорее вон!

Каждый участник должен выбрать и сообщить «царю зверей», какое животное он изображает, но сделать это так, чтобы другие участники его не слышали (волка, лису, кабана и т. д.).

«Звери» выстраиваются в один ряд против «царя зверей» в 7—10 шагов от него.

У ног «царя зверей» лежит мяч. Он называет какого-нибудь «зверя», тот должен постараться убежать или увернуться от мяча, которым в него старается попасть водящий.

Если мяч попадает в игрока, тот подходит к «царю зверей» и становится его помощником.

После того как водящий назовет 4—6 зверей, он говорит: «Я ловлю всех зверей!» Игроки разбегаются в разные стороны, а водящий старается попасть в кого-нибудь. Тот игрок, которого он осалил, выходит из игры.

В игре побеждает тот, кто останется неосаленным.

Стая уток (Латвия)

Оборудование: Специального оборудования для этой игры не требуется.

Ход игры

Игроки встают в шеренгу на расстояние вытянутой руки друг от друга. Они слегка сгибают ноги в коленях и кладут на колени руки.

На счет «три!» все участники игры начинают, полуприсев, быстро передвигаться вперед до обозначенной заранее черты (озера), не меняя при этом положения рук и ног.

Побеждает игрок, который первым дойдет до озера т. е. пересечет черту.

Игрок, начавший движение до счета «три» или нарушивший установленное положение рук и ног, выбывает из игры