Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 3 Малышевского муниципального округа

СОГЛАСОВАНО
Председателем МС
03.09.2026

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора МАОУ СОШ № 3
№ 218/од от 04.09.2026

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности

Игры народов Урала

класс: 1 а, 1 б, 1 в

учебный год: 2026-2027 г

учитель: Лихачева Елена Васильевна
Сюлатова Евгения Сергеевна

пгт. Малышева 2026

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Игры народов Урала» составлена в соответствии с требованиями:
-Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования
-Основной образовательной программы начального общего образования Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 3 Малышевского городского округа,
с использованием опыта учителей Свердловской области, представленного на сайте infourok.ru

Программа ориентирована на физическое совершенствование обучающихся, приобщение к здоровому образу жизни.

Актуальность программы обусловлена тем, что народная игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку находчивость, волю, стремление к победе.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, в частности, к своему региону - Уралу; его культуре и наследию.

Цель и задачи дополнительной образовательной программы

Главная цель программы – создать условия для укрепления здоровья детей и развития интереса к народным играм Урала.

Задачи программы:
-активизировать двигательную деятельность детей;
-развивать умения ориентироваться в пространстве, активность и самостоятельность;
-создавать условия для проявления чувства коллективизма;
-способствовать расширению кругозора учащихся, формированию патриотических чувств;
-развивать у детей эмоционально-активное отношение, действенный интерес к народным играм жителей Уральского региона; создавать условия для проявления детской игровой культуры;
-обогащать интеллектуально-информационную сферу ребенка знанием правил многих народных игр, основ истории и культуры России, Башкортостана, Татарстана;
-способствовать действенному приобщению детей к народной культуре с помощью игр народов Урала.

Отличительные особенности данной программы

Отличительными особенностями являются:

-определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного курса.

-в основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.

Возраст детей

Программа составлена для обучающихся 1-х классов

Сроки реализации

Программа рассчитана на 66 занятий, по 2 ч в неделю в течение 33 недель.

Формы и режим занятий

При реализации программы используются различные методы обучения:
-словесные – рассказ, объяснение нового материала;
-наглядные – показ новых игр, демонстрация видео, иллюстративного материала;
-практические – апробирование новых игр на свежем воздухе.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной. Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор, пополнить знания детей об играх народов Урала, о правилах безопасного поведения во время игр, сотрудничества и взаимовыручки.

Занятия проводятся на свежем воздухе (при неблагоприятных погодных условиях – в кабинете) в соответствии с расписанием МАОУ СОШ №3.

Планируемы результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

Личностные результаты

-активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

-проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

-оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

-формирование ценностей многонационального российского общества; любовь к малой Родине и знание игр народов Урала, становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций.

Метапредметные

-знать о ценностном отношении к спорту как к культурному наследию народа.

-иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.

-планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей

-адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей

-представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

-оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам во время игры;

-организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство.

-бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

Предметные

К концу учебного года первоклассники **научатся** соблюдать технику безопасности, правила подвижных игр и узнают содержание народных игр жителей Урала (русские, башкирские, татарские, чувашские, удмуртские);

получат возможность научиться самостоятельно организовывать подвижные игры с ровесниками.

Формы подведения итогов

Текущий контроль осуществляется в процессе игр, обобщающих занятий в конце 1 и 3 четвертей, итоговый контроль проводится в форме конкурса на лучшего участника игры, на лучшего организатора в конце года.

Содержание

Что такое развивающие занятия, как и где они будут проходить. Знакомство со школьной площадкой для игр.

Правила техники безопасности во время игр. О важности соблюдения правил игры. Организация и проведение знакомых детям игр.

Мы – жители Урала. Что мы знаем о народах Урала. Правила техники безопасности во время игр. О важности соблюдения правил игры.

Русские народные игры: «У медведя во бору», «Пчёлки и ласточка», «Мяч по кругу», «Стадо», «Заяц без дома», «Невод».

Башкирские народные игры: «Медный пень», «Юрта», «Липкие пеньки», «Палка-кидалка», «Стрелок».

Татарские народные игры: «Продаём горшки», «Хлопушки», «Перехватчики», «Займи место», «Лисичка и курочка», «Скок-перескок».

Чувашские народные игры: «Рыбки», «Журавушка», «Пекарь», «Лошадки».

Удмуртские народные игры: «Игра с платочком», «Догонялки», «Водяной», «Серый зайка».

Зимние игры и забавы: «Снежная башня», «Снежная охота», «Не спи – замёрзнешь!».

Фестиваль народных игр. Первоклассники – организаторы и ведущие изученных игр. Выбор полюбившейся игры и её организация для сверстников. Конкурс «Вспомни игру».

Тематическое планирование

№ занятия	Тема	К-во часов
	I четверть	
1	Вводное занятие. Что такое развивающие занятия, как и где они будут проходить. Знакомство со школьной площадкой для игр. Правила техники безопасности во время игр. О важности соблюдения правил игры. Знакомые игры.	1
2	Правила техники безопасности во время игр. О важности соблюдения правил игры. Знакомые игры.	1
3-4	Организация и проведение знакомых детям игр.	2
5	Русские народные игры. «У медведя во бору»	1
6-7	Русские народные игры «У медведя во бору» «Мяч по кругу»	2
8-9	Русские народные игры. «Пчёлки и ласточка»	2
10-11	Русские народные игра «Заяц без дома»	2
12	Русские народные игры «Пчёлки и ласточка», «Заяц без дома»	1
13-14	Первоклассники – организаторы и ведущие изученных игр. Выбор полюбившейся игры и её организация для сверстников	2
15-16	Организация изученных игр для сверстников	2
	II четверть	
17	Правила техники безопасности во время игр. О важности соблюдения правил игры. Повторение изученных игр	1
18-20	Башкирские народные игры «Медный пень», «Юрта»	3
21-23	Татарские народные игры «Хлопушки», «Лисичка и курочка»	3
24-26	Чувашские народные игры «Пекарь», «Лошадки».	3
27-30	Русские зимние забавы «Не спи – замёрзнешь!» «Снежная башня»	4
31-32	Первоклассники – организаторы и ведущие изученных игр. Выбор полюбившейся игры и её организация для сверстников	2
	III четверть	
33-36	Правила техники безопасности во время игр. О важности соблюдения правил игры. Русские зимние забавы «Снежная охота», «Не спи – замёрзнешь!»	4
37-39	Татарские народные игры «Продаём горшки», «Займи место»	3
40-42	Башкирские народные игры «Липкие пеньки», «Палка-кидалка»	3
43-45	Удмуртские народные игры «Догонялки», «Серый зайка»	3
46-47	Башкирская народная игра «Стрелок».	2
48-50	Первоклассники – организаторы и ведущие изученных игр. Выбор полюбившейся игры и её организация для сверстников	3
	IV четверть	
51-53	Правила техники безопасности во время игр. О важности соблюдения правил игры. Повторение изученных игр	3
54-56	Удмуртские народные игры «Игра с платочком», «Водяной»	3
57-59	Татарские народные игры «Перехватчики», «Скок-перескок»	3
60-62	Чувашские народные игры «Рыбки», «Журавушка»	3
63-64	Русские народные игры «Стадо», «Невод».	2
65-66	Фестиваль народных игр. Первоклассники – организаторы и ведущие изученных игр. Выбор полюбившейся игры и её организация для сверстников. Конкурс «Вспомни игру».	2
	Итого	66

Методическое обеспечение

Сборник подвижных игр народов Урала. Составитель Е.А.Котова, https://infourok.ru/sbornik-podvizhnih-igr-narodov-urala-1568793.html

Список используемой литературы

Подвижные игры для детей младшего школьного возраста. Учебное пособие. Изд-во "Физическая культура", 2008 г

Н.Нищева Подвижные и дидактические игры на прогулке" Изд-во "Детство-Пресс", Москва, 2016

Макаров В.В., Макарова Г.А." Игра, в которые играют в России", издательство " Академический Проект", 2008

Приложение

Список игр

«Продаём горшки» (татарская народная игра)

Развивающая задача: формировать уважительное отношение к культуре народов Урала.

Организация игры. Играющие разделяются на две группы. Дети-горшки, встав на колени или усевшись на траву, образуют круг. За каждым горшком стоит игрок – хозяин горшка, руки у него за спиной. Водящий стоит за кругом.

Водящий подходит к одному из хозяев горшка и начинает разговор:

«- Эй, дружок, продай горшок!

- Покупай.

- Сколько дать тебе рублей?

- Три отдай (один, два).»

Водящий три раза касается рукой хозяина горшка, и они начинают бег по кругу навстречу друг другу. Кто быстрее добежит до свободного места в кругу, тот занимает это место, а отставший становится водящим.

Методические приемы: сюрпризный момент – внесение тюбетейки, рассматривание татарского головного убора, национального орнамента.

Дополнительные рекомендации: бегать разрешается только по кругу, не пересекая его. Бегущие не имеют права задевать других игроков. Водящий начинает бег в любом направлении. Если он начал бег вправо, запятнанный должен бежать влево.

Материал: тюбетейка.

«Медный пень» (башкирская народная игра)

Развивающая задача: развивать ориентировку в пространстве, упражнять в беге, формировать культурное отношения к народам Урала.

Организация игры: играющие парами располагаются по кругу. Дети, изображающие медные пни, сидят на стульях. Дети-хозяева становятся за стульями.

Под башкирскую народную мелодию водящий–покупатель двигается по кругу переменным шагом, смотрит внимательно на детей, сидящих на стульях, как бы выбирая себе пень. С окончанием музыки останавливается около пары и спрашивает у хозяина:

«– Я хочу у вас спросить,

Можно ль мне ваш пень купить?»

Хозяин отвечает:

«– Коль джигит ты удалой,

Медный пень тот будет твой»

После этих слов хозяин и покупатель выходят за круг, встают за выбранным пнем друг к другу спиной и на слова: «Раз, два, три - беги!» - разбегаются в разные стороны. Добежавший первым игрок, встает за медным пнем.

Дополнительные рекомендации: бежать только по сигналу. Победитель становится хозяином.

«У медведя во бору» (русская народная игра)

Развивающая задача: развивать у детей выдержку, навык коллективного движения в определенном темпе, формировать чувство товарищества.

Организация игры: Медведь, выбранный жеребьевкой, живет в лесу. Дети идут в лес за грибами, ягодами и напевают песенку:

«У медведя во бору

Грибы, ягоды беру!

Медведь постыл,

На печи застыл!»

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

Методические приемы: использование музыкального сопровождения, которое соответствует характеру походки медведя.

Дополнительные рекомендации: медведь выходит из берлоги только после произнесения последних слов зачина. Дети в зависимости от поведения медведя могут не сразу бежать в свой дом, а подразнить его песней.

Материал: маска медведя.

«Рыбки» (чувашская народная игра)

Развивающая задача: развивать умение бегать детей в определенном направлении. Закреплять умение выбирать помогать друг другу.

Организация игры. На площадке чертят (или вытаптывают в снегу) две линии на расстоянии 10-15 м друг от друга. По считалке выбирается водящий – акула. Остальные игроки делятся на две команды и становятся лицом друг к другу за противоположными линиями. По сигналу играющие одновременно перебегают с одной черты на другую. В это время акула салит перебегающих игроков. Объявляется счет осаленных детей из каждой команды.

Методические приемы: рассматривание картинок рыб, выбор акулы считалкой.

Дополнительные рекомендации: перебежка начинается по сигналу. Проигрывает команда, в которой осалено условленное число игроков, например, пять. Осаленные игроки не выбывают из игры.

Материал: маски акулы, разных рыб.

«Хлопушки» (татарская народная игра)

Развивающая задача: развивать ориентировку в пространстве, упражнять в беге, формировать отношения к культуре народов Урала.

Организация игры: На противоположных сторонах комнаты или площадки отмечаются двумя параллельными линиями два города. Расстояние между ними 20—30 м. Все дети выстраиваются у одного из городов в одну шеренгу: левая рука на поясе, правая рука вытянута вперед ладонью вверх.

Выбирается водящий. Он подходит к игрокам, стоящим у города, и произносит слова:

«Хлоп да хлоп - сигнал такой
Я бегу, а ты за мной!»

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

Дополнительные рекомендации: Пока водящий не коснулся чьей-либо ладони, бежать нельзя. Во время бега игроки не должны задевать друг друга.

«Перехватчики» (татарская народная игра)

Развивающая задача: развивать ориентировку в пространстве, упражнять в беге, формировать чувства дружелюбия.

Организация игры: На противоположных концах площадки отмечаются линиями два дома. Игроки располагаются в одном из них в шеренгу. В середине лицом к детям находится водящий. Дети хором произносят слова:

«Мы имеем быстро бегать,
Любим прыгать и скакать
Раз, два, три, четыре, пять
Ни за что ней не поймать!»

После окончания этих слов все бегут врассыпную через площадку в другой дом. Водящий старается запятнать перебежчиков. Один из запятнанных становится водящим, и игра продолжается. В конце игры отмечаются лучшие ребята, не попавшиеся ни разу.

Дополнительные рекомендации: Водящий ловит игроков, прикасаясь к их плечу рукой. Запятнанные отходят в условленное место.

«Пчелки и ласточка» (русская народная игра)

Развивающая задача: развивать умение действовать по сигналу, формировать взгляд на окружающий мир.

Организация игры: Играющие – пчелы – летают по поляне и напевают:

« Пчелки летают,
Медок собирают!
Зум, зум, зум!
Зум, зум, зум!»

Ласточка сидит в своем гнезде и слушает их песенку. По окончании песни ласточка говорит:

«Ласточка встанет, пчелку поймает».

С последним словом она вылетает из гнезда и ловит пчел. Пойманный играющий становится ласточкой, игра повторяется.

Методические приемы:

загадка: «Гудит мохнатенький, летит за сладеньким» (пчела)

Дополнительные рекомендации: пчелам следует летать по всей площадке. Гнездо ласточки должно быть на возвышении.

Материал: маска ласточки.

«Мяч по кругу» (русская народная игра)

Развивающая задача: развивать умение действовать по сигналу. Упражнять в бросании мяча с поворотом.

Организация игры: Играющие, образуя круг, садятся. Водящий стоит за кругом с мячом, диаметр которого 15-25 см. по сигналу водящий бросает мяч одному из игроков, сидящих в кругу, а сам отходит. В это время мяч начинают перебрасывать по кругу от одного игрока к другому. Водящий бежит за мячом и старается поймать его на лету. Водящим становится тот игрок, от кого был пойман мяч.

Методические приемы:

загадка: «Ростом мал, да удал,
От меня ускакал. Хоть надут он всегда –
С ним не скучно никогда» (мяч)

Дополнительные рекомендации: передача мяча выполняется путем броска с поворотом. Ловящий должен быть готов к приему мяча. При повторении игры мяч передается тому, кто остался вне игры.

Материал: мяч.

Игра с платочком (Кышетэн шудон) – удмуртская игра

Развивающая задача: развивать у детей ориентацию, качество взаимопомощи друг другу.

Организация игры:

Играющие встают в круг парами, друг за другом. Выбирают двух ведущих, одному из них дают платочек. По сигналу ведущий с платочком убегает, а второй ведущий догоняет его. Игра проходит за кругом. Ведущий с платочком может передать платочек любому играющему, стоящему в паре, и встать на его место. Таким образом, ведущий с платочком меняется. Ведущий, оставшийся без пары, догоняет ведущего с платочком.

Правила игры. Играющий убегает только тогда, когда получит платочек. Когда ведущий с платочком пойман вторым ведущим, то второму ведущему дается платочек, а следующий ведущий выбирается из числа детей, стоящих парами. Игра начинается по сигналу.

Место проведения: спортивная площадка.

«Юрта» (башкирская народная игра)

Развивающая задача: развивать умение ориентироваться в пространстве, формировать отношение к культуре народов Урала.

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

«Мы, веселые ребята, соберемся все в кружок. Поиграем, и попляшем, и помчимся на лужок»

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

Методические приемы: рассматривание картины с изображением юрты – старинное жилище башкирского народа. Рассматривание башкирского орнамента на платочках.

Дополнительные рекомендации: с окончанием музыки надо быстро подбежать к своему стулу и образовать юрту. Выигрывает группа детей, первой построившая юрту.

Материал: платочки с башкирским орнаментом, картинка с изображением юрты, 4 стула.

«Стадо» (русская народная игра)

Развивающая задача: Развивать ориентирование в пространстве, упражнять в беге, формировать чувство долго перед Родиной.

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

«Пастушок, пастушок,
Заиграй во рожок!
Травка мягкая,
Роса сладкая,
Гони стадо в поле,
Погулять на воле!»

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

Методические приемы:

загадка: «По горам, по долам ходит шуба да кафтан».

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

Материал: маска волка, рожок для пастушка.

«Липкие пеньки» (башкирская народная игра)

Развивающая задача: развивать умение ориентироваться в пространстве, развивать ловкость, формировать чувства товарищества.

Организация игры: три-четыре игрока садятся на корточки как можно дальше друг от друга. Они изображают липкие пеньки. Остальные играющие бегают по площадке, стараясь не подходить близко к пенькам. Пенечки должны постараться коснуться пробегающих мимо детей. Осаленные игроки становятся пеньками.

Дополнительные рекомендации: пеньки не должны вставать с мест.

Материал: маски на голову с изображением пенечка.

«Палка-кидалка» (башкирская народная игра)

Развивающая задача: Развивать внимание, ловкость. Упражнять детей в метании предмета вдаль. Воспитывать взаимовыручку.

Организация игры: Чертится круг диаметром 1,5 м. В круг кладут палку-кидалку длиной 50 см. Считалкой выбирают пастуха. Один игрок кидает палку вдаль. Пастух выбегает за брошенной палкой. В это время игроки прячутся. Пастух возвращается с палкой, кладет ее на место и ищет детей. Заметив спрятавшегося, он называет его по имени. Пастух и названный по имени ребенок бегут к палке. Если игрок прибежал раньше пастуха, то он берет палку и опять кидает ее, а сам снова прячется. Если же игрок прибежал позже, то становится пленником. Его может выручить только игрок, который назовет его имя и успеет взять палку раньше пастуха. Когда все будут найдены, пастухом становится тот, кто первым был обнаружен.

Методические приемы: Считалкой выбирают пастуха. Выработка правила с детьми: пастухом становится тот, кто первым (или последним) был обнаружен.

Дополнительные рекомендации: начинать искать игроков можно только тогда, когда палочка найдена и положена в круг. Названный по имени игрок должен сразу выйти из укрытия. Пленника спасает игрок, добежавший до палки раньше пастуха.

Оборудование: считалка, палка, длиной 50 см

«Заяц без дома» (русская народная игра)

Развивающая задача: развивать у детей умение бегать по всей площадке, не наталкиваясь друг на друга; развивать ловкость, координацию, силу, формировать взаимовыручку друг другу.

Организация игры: Выбирается двое водящих. Остальные играющие становятся парами лицом друг к другу и берутся за руки. Между парами становится третий - «зайчик». Один из водящих - «заяц», другой - «охотник». «Заяц» убегает от охотника. Спасаясь от преследования, он становится в середину пары, вытесняя находящегося там «зайчика».

Место проведения: спортивная площадка.

Материал: маски зайчиков, костюм охотника.

«Займи место» (татарская народная игра)

Развивающая задача: развивать ориентировку в пространстве, упражнять в беге, формировать чувство сотрудничества.

Организация игры: Один из участников игры – водящий. Остальные играющие образуют круг, ходят, взявшись за руки. Водящий идет за кругом в противоположную сторону и говорит:
«Как сорока стрекочу, никого в дом не пущу.
Как гусыня гогочу, тебя хлопну по плечу-
Беги!»

Сказав «беги», водящий слегка ударяет по спине одного из игроков, круг останавливается, а тот, кого ударили, устремляется со своего места по кругу навстречу водящему. Обежавший круг раньше занимает свободное место, а отставший становится водящим.

Дополнительные рекомендации: круг должен сразу остановиться при слове «беги». Бежать разрешается только по кругу, не пересекая его. Во время бега, нельзя касаться стоящих в кругу.

Место проведения: спортивная площадка.

«Лисичка и курочки» (татарская народная игра)

Развивающая задача: развивать ориентировку в пространстве, упражнять в беге, в умении увертываться, формировать чувство любви к окружающему миру.

Организация игры: На одном конце площадки находятся в курятнике куры и петухи, на противоположном – стоит лисичка.

Курочки и петухи (от трех до пяти игроков) ходят по площадке, делая вид, что клюют различных насекомых, зерна и т.д. Когда к ним подкрадывается лисичка, петухи кричат: «Ку-ка-ре-ку!» По этому сигналу все бегут в курятник, за ними бросается лисичка, которая старается запятнать любого из игроков, то он снова водит.

Методические приемы: загадка: хвост пушистый, мех золотистый, в лесу живет, в деревне кур крадет (лиса)

Дополнительные рекомендации: курочки начинают бег от лисички только после сигнала петушка.

Материал: маска лисички и маски курочек.

«Невод» (русская народная игра)

Развивающая задача: развивать у детей умение бегать по всей площадке, не наталкиваясь друг на друга; развивать ловкость, координацию, силу, формировать взаимопомощь друг к другу.

Организация игры. Выбираются двое водящих. Это - «рыбаки». Остальные игроки - «рыбки». «Рыбаки», взявшись за руки, ловят «рыбок», окружая их свободными руками. Пойманные «рыбки» присоединяются к «рыбакам» и «невод» увеличивается. Ловля «рыбок» продолжается до тех пор, пока не останутся две-три не пойманные «рыбки».

Методические приемы: перед началом игры прочитать произведение А.С.Пушкина «Сказка о рыбаке и рыбке».

Место проведения: спортивная площадка.

«Догонялки» (удмуртская народная игра)

Развивающая задача: развивать ориентировку в пространстве, упражнять в беге, формировать отношения к культуре народов Урала.

Организация игры: играющие стоят в кругу. Один из них произносит считалку:
«Пять бород, шесть бород, Седьмой — дед с бородой».

Тот, кто выходит, догоняет игроков, которые разбегаются в разные стороны. Коснувшись рукой одного из игроков, ловишка говорит слово «тябык». Пойманный игрок выходит из игры.

Дополнительные рекомендации: когда осалены три-четыре игрока, все снова собираются в круг и считалкой выбирают нового водящего.

«Скок -перескок» (татарская народная игра)

Развивающая задача: развивать умение действовать по сигналу; упражнять в прыжках на одной ноге (правой и левой), взаимовыручка.

Организация игры: на земле чертят большой круг диаметром 15-25 м, внутри него - маленькие кружки диаметром 30-35 см для каждого участника игры. Водящий стоит в центре большого круга.

Водящий говорит: «Перескок!» После этого слова игроки быстро меняются местами (кружками),

прыгая на одной ноге. Водящий старается занять место одного из играющих, прыгая также на одной ноге. Тот, кто останется без места, становится водящим в следующей игре.

Дополнительные рекомендации: нельзя выталкивать друг друга из кружков. Двое игроков не могут находиться в одном кружке. При смене мест кружок считается за тем, кто раньше вступил в него.

«Стрелок» (башкирская народная игра)

Развивающая задача: развивать умение у детей метать мяч, формировать отношения к культуре народов Урала.

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

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

Оборудование: мяч.

Подвижные игры имеют оздоровительное, воспитательное и образовательное значение и легкодоступны в использование во внеурочной деятельности. Доказано, что игры улучшают физическое развитие детей, благотворно воздействуют на нервную систему и укрепляют взаимоотношение друг друга. Кроме этого это очень эмоциональное спортивное занятие, которое может создавать очень большую физическую нагрузку на ребенка, что необходимо обязательно учитывать при организации занятий игр.

«Журавушка (Тарналла)» (чувашская народная игра)

Один игрок выбирается сторожем, другой журавлем, остальные – птенцы. Сторож охраняет гороховое поле. Журавль с птенцами прилетает на поле поклевать горох. Сторож их ловит. Поймав птенца, он запирает его в своем домике на краю горохового поля и засыпает. К пойманному птенцу прилетают журавль с журавликами и поют песню:

Ах, журавлик наш, журавушка,
Не забыл ли домик матушки?
Журавлик поет в ответ:
Не забыл я, но сегодня
На гороховом на поле
Меня сторож подловил,
Да и в клетку посадил.

Журавль и птенцы улетают на гороховое поле. Сторож ловит их.

Правила игры. Журавль с птенцами прилетают к каждому пойманному журавлику. Игра продолжается до тех пор, пока сторож не сможет поймать журавля, то все птенцы освобождаются.

«Пекарь» (чувашская народная игра)

Среди игроков выбирается водящий - пекарь. Остальные встают парами друг за другом. Пекарь стоит спиной к игрокам во главе колонны и говорит: «Я пеку хлеб».

Игроки: « Успеешь ли испечь?»
Пекарь: «Успею».
Игроки: « Сумеешь ли догнать?
Пекарь: «Попробую!»

Игроки последней пары бегут мимо пекаря, пекарь их ловит.

Правила игры. Пекарь осаливает игроков касанием руки. Если пекарь поймает одного из игроков, то встает с ним в пару. Игрок, оставшийся без пары, становится пекарем. Если пекарь никого не поймает, то остается водящим. Пекарь не должен ловить игроков, если они, обежав его, взялись за руки.

«Лошадки» (чувашская народная игра)

Один из игроков выбирается покупателем, остальные делятся на лошадок и хозяев. Хозяева подходят к лошадкам и спрашивают: « Кто хочет быть моей лошадкой?» Лошадки выбирают хозяина. Потом игроки встают парами в круг, хозяин стоит за лошадкой. Покупатель подходит к одному из хозяев и торгуется:

-Лошадь продается?

-Продается!
-Сколько стоит?
-Триста рублей.
И три копейки не дам.
Покупатель и хозяин бегут по кругу навстречу друг другу. Игрок, добежавший до лошадки первым, становится ее хозяином.

Правила игры. В игре могут быть два и более покупателя, действующих одновременно. Если покупатель добежит до лошади первым, то меняется ролями с хозяином.

«Водяной (Ву мурт)» (удмуртская народная игра)

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

Правила игры: Водяной ловит, не выходя за линию круга. Ловишками становятся и те, кого поймали. Они помогают водяному.

«Серый зайка (Пурысь кечпи)» (удмуртская народная игра)

На площадке чертится квадрат (6*6м) – это забор. У одной из сторон забора сидит зайка. Собаки (10 игроков) располагаются полукругом в 3-5 м у противоположной стороны забора. Участвующие в игре дети говорят: «Зацчонок, зайчонок, почему в огород заходил? Почему мою капусту ел?» На последние слова зайка делает прыжок от забора и старается убежать. Собаки ловят его, окружая сцепленными руками.

Правила игры: Заяц считается пойманным при полном смыкании круга. Выбегать из-под рук при сомкнутом круге заяц не имеет права.

«Снежная башня» — подвижная зимняя игра-забава для детей от 7 лет

Играть можно, когда выпадает рыхлый мокрый снег. Из него строят маленькую (около 50-70 см) башенку. Дети делятся на две группы – «защитника» и «захватчики». «Защитники» встают возле крепости, а «захватчики» на расстоянии в 5-6 шагов от нее, держа в руках снежки. Ребята хором говорят:
«Мороз Красный нос
Холод-стужу принес,
На дороге начудил,
Башню снежную слепил.
Кто встал в кружок –
Бросай снежок!»

После этого «захватчики» бросают снежками в башню – каждый по одному снежку, пытаясь ее разрушить. «защитники» могут отбивать снежки. Для этого «защитников» можно вооружить картонками или ледянками. Если башню не удалось разрушить, то команды меняются ролями. Побеждает та команда, которая разрушит башню.

Снежная охота – подвижная зимняя игра-забава для детей от 7 лет

На площадке чертят две параллельные черты на расстоянии около 20 метров друг от друга. Выбирают одного-двух водящих и судью (им может быть взрослый, не принимающий участие в игре). Водящие встают в центре площадки. Остальные дети – делятся на две группы и каждая группа занимает место за чертой игрового поля друг напротив друга, построившись в колонну по одному. Судья подает команду «Перемена!», после чего с каждой стороны площадки бегут игроки. Они должны поменяться местами. Задача водящих – попасть в игроков снежком. Если это удалось, то игрок считается «замороженным» и должен оставаться на одном месте до конца игры. Если игроку удалось перебежать игровое поле, то он встает в конец колонны. Судья подает команду и бег начинает следующая пара. Игра продолжается до тех пор, пока водящие не «заморозят» всех игроков, кроме двух. Они и становятся новыми водящими.

«Не спи – замерзнешь!» — подвижная зимняя игра для детей от 7 лет

Для игры нужно большое количество участников – хотя бы 10-12 человек. Выбирают считалкой водящего. Он лепит снежок. Остальные игроки встают в круг.

Водящий ходит вокруг детей, по внешней стороне круга до тех пор, пока не положит около одного из игроков снежок. Тогда водящий кричит: «Не спи – замерзнешь!» и начинает бег по кругу. Тот, кому подложили снежок, должен поднять его и бежать вслед за водящим, стараясь

попасть в него снежком. Если это удалось – водящий продолжает водить, если же нет, то водящий занимает место игрока, а игрок становиться водящим. Он лепит новый снежок и игра повторяется.

Обратите внимание: игрок не может осалить водящего, только попасть снежком. Если игрок не заметил и раздавил снежок, подброшенный ему водящим, то он должен сделать новый снежок, прежде чем догонять водящего. Убегающий водящий и догоняющий его игрок должны двигаться в одном направлении.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 200523250422570846648379541552773099575579350045

Владелец Самихова Елена Ивановна

Действителен С 14.09.2026 по 14.09.2027