Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Авнюгская СОШ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (О.И. Обухова)

\_\_\_\_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2015 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Динамической паузы**

**«Игры - забавы»**

(для младшего школьного возраста)

Автор: Кобылина Татьяна Николаевна

Квалификационная категория: первая

п. Авнюгский

2015-2016 год.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа составлена на основе:

1) Сборника программ для организации внеурочной деятельности в начальной школе (1-4 классы) Волгоград: АПКРО, 2011. Автор-составитель: Казачкова С.П.

2) Программа факультативного курса «Подвижные игры» для учащихся 1-4 классов.

Автор: Е.И. Лелякова

**Введение**

Человеческая личность – это гармония мысли и движения. В настоящее время большое значение имеет формирование физически здорового, активного, гармонически развитого человека. Особое внимание нужно уделить подвижным играм, поскольку игра вызывает у детей большой эмоциональный отклик и помогает безболезненнее включиться в учебную работу. Игры способствуют правильному физическому развитию организма. Дети учатся разным играм и спортивным развлечениям, ежедневному занятию ими.

Данная программа актуальна, так как участвует в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни младших школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка.

Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость.

«Игры-забавы» - динамическая пауза для учащихся начальной школы, дополняющий уроки физической культуры. Использование данного курса способствует повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое, психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ученика.

**Цель** данной программы – укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты,

выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

Основные **задачи** курса:

1. повысить уровень двигательной активности;
2. способствовать физическому, психическому развитию детей;
3. развивать активность и творчество учащихся, любознательность, честность;
4. вызвать интерес к занятию «Игры-забавы», позволить детям ощутить красоту и радость движений.

***Общая характеристика динамической паузы****.*

Динамическая пауза «Игры-забавы» входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительноеразвитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить ученика автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В динамическую паузу вошли народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм.

**Место динамической паузы в учебном плане.**

Программа рассчитана на 34 часа в год с проведением занятий 1 раз в

Неделю с каждым классом, продолжительность занятия 35 минут.

Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

**Ценностными ориентирами содержания** данного факультативного курса являются:

– формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;

– формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,

– развитие познавательной активности и самостоятельности учащихся;

– привлечение учащихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

**Цель программы:**

1. укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.
2. удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

* укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств;
* развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
* развитие сообразительности, творческого воображения;
* развитие коммуникативных умений;
* воспитание внимания, культуры поведения;
* создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения учащихся к себе;
* обучить умению работать индивидуально и в группе,
* развить природные задатки и способности детей;
* развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
* развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

***СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.***

1. Введение. Знакомство с  кружком  и его  программой.

Ценность  кружка, его задачи,  программа, темы.

2. Понятие « подвижные   игры »

Понятие « Подвижные   игры ». В чем суть  подвижных   игр. Ценность их. Какие бывают  подвижные   игры .

3. История возникновения  подвижных   игр

Как возникли  подвижные   игры. Какие народы играли. Связь с олимпийскими играми.

4. Познавательная беседа «Народные игры».

В ходе просматривания видеороликов и презентаций, дети знакомятся с некоторыми играми народов, населяющих Россию. Познакомить детей с народными играми; с особенностями жизни, культуры народов, населяющих нашу Родину.

5. Техника безопасности на занятиях и соревнованиях

Техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять.

*Игры-забавы*

В работе с детьми используются игры-забавы, аттракционы. Не будучи особо важными для физического развития, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания в этих играх выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

Это веселое зрелище, развлечение для детей, доставляющие им радость, но и требующие от участников двигательных умений, ловкости, сноровки.

**Предполагаемые результаты реализации программы**

**Личностные, метапредметные и предметные результаты динамической паузы.**

**Личностными результатами**

являются следующие умения:

– оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

– умение выражать свои эмоции;

– понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

**Метапредметными результатами** кружка является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

– проговаривать последовательность действий во время занятия;

– учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

– умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

–умение оформлять свои мысли в устной форме

– слушать и понимать речь других;

– договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;

– учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли

(лидера исполнителя).

**Формы занятий:**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

**Формы и виды контроля**

Школьные соревнования. Эстафеты. Участие в проведении Дня здоровья .

Подготовка и соревнования между классами.

**1“Братец Кролик, братец Лис”.**

Место проведения: малый зал или любая площадка.

Описание игры: все участники игры строятся в одну шеренгу. Учитель идет вдоль шеренги за спинами учеников и задевает одного из них – это “лиса”. Затем все участники (“кролики”) расходятся по залу и говорят такие слова: “Если миску уронить - разобьётся миска, если близко лисий хвост – значит близко Лиска.”

После этих слов “лиса” громко кричит “Здесь я!”, при этом одновременно подпрыгивает вверх и поднимает руки, после чего ловит “кроликов”. Тот, кого “лиса” поймала, уходит в “лисий дом”. После остановки игры все ее участники снова строятся в шеренгу, и выбирается новая “лиса”. Игра продолжается.

***Примечание:***

* при выборе “лисы” учащиеся стоят с закрытыми глазами и сложив руки “лодочкой” за спиной. Кого учитель задевает за руки – тот “лиса”;
* если ребенок не хочет быть водящим, он кладет руки на живот;
* если во время первого периода игры участник был пойман, то в следующем периоде он не может быть “лисой” (при выборе “лисы” он кладет руки на живот);
* по мере усвоения игры учитель должен объяснить, что “лиса” не только быстрая, но и хитрая, поэтому она должна обмануть “кроликов” – не выдать себя раньше времени и выбрать в зале такое место, где больше всего участников игры (чтобы можно было сразу кого-то из них задеть);
* если “лиса” не крикнула “Здесь я!”, или не подняла руки (т.е. ее не было видно и слышно) – игра прекращается и выбирается новая “лиса”;
* оценка ставится самой быстрой “лисе” – она хорошо поохотилась; самой “хитрой лисе” – за хитрость; “кроликам”, которые не попались за все время игры или попались, но перед этим очень долго и ловко уворачивались от “лисы”.

**2“Быстроногие олени”**

Место проведения: спортивная площадка или большой зал.

Описание игры: учитель выбирает четырех водящих – это “волки”, остальные участники “быстроногие олени”. “Волки” делятся на две группы: два “волка” – “загонщики”, другие двое находятся в “засаде”. По сигналу учителя “олени” убегают от “волков” на другую сторону площадки. “Волки-загонщики” ловят “оленей” по всей площадке, а “волки в засаде” – только на средней линии зала. После каждой перебежки подсчитывается количество пойманных “оленей”, после чего они могут снова занять место на площадке. Игра продолжается.

***Примечание:***

* количество перебежек и “волков” зависит от размеров площадки и от количества участников игры;
* пойманные “олени” могут выбывать из игры и находиться в специально отведенном месте. В игру они встают тогда, когда выбирается новая группа “волков”;
* “волки” выбираются из тех участников, которые не были осалены;
* оценка ставится лучшей группе “волков” и тем “оленям”, которые не были пойманы за все время игры.

**3“Вышибалы в квадрате”**

Место проведения: спортивный зал, любая расчерченная площадка.

Описание: участники игры делятся на две команды, одна из которых будет находиться в квадрате 10 х 10 м, а другая за её пределами. По сигналу участники внешней команды начинают выбивать мячом своих соперников.

Примечания: игрок, которого выбили, садиться на скамейку.

Варианты:

1. Выигрывает команда, которая выбьет всех противников за более короткое время.
2. Выигрывает команда, выбившая большее количество игроков за определённое время.

**4“Жонглёры”**

Место проведения: спортивный зал или любая площадка.

Описание: участники с маленькими мячами в руках располагаются по всему залу. По команде учителя дети выполняют подбрасывание и ловлю мяча: одной рукой, двумя, перебрасывая с руки на руку и т.п. Выигрывает тот участник (участники), который дольше всех останется на площадке.

Примечания: игрок, уронивший мяч, садиться на скамейку либо уходит “за кулисы” (специально отведённая для этого часть зала), и там продолжает выполнять упражнения с мячом.

**5“Команда быстроногих”.**

Место проведения: спортивный зал.

Описание игры: две команды располагаются на волейбольной площадке, каждая на своей стороне. Участники строятся в колонну или шеренгу. На каждой стороне площадки находятся стойки, по одной или по две в каждой из зон волейбольной площадки, общее количество стоек соответствует количеству игроков в команде. Каждый участник команды знает, в какую зону он должен переместиться по сигналу. Участник должен добежать до стойки и вернуться обратно. Выигрывает команда, которая первой в полном составе построилась на линии старта. Линию старта, так же и расположение команды на ней, можно изменять. Возможно, также, выполнение определённых упражнений участниками около стойки. Кроме того, на каждом этапе игры игроки меняются зонами.

**6“Командная эстафета на местности”.**

Место проведения: площадка вокруг школы.

Описание игры: участники делятся на две команды. Затем обе команды проводят осмотр местности, по которой будет проходить путь эстафеты, а также те препятствия, которые им необходимо будет преодолеть. По возможности на каждом этапе ставится судья. После этого команды проводят жеребьёвку, и одна из команд выходит на старт. Финиш определяется по последнему игроку. Затем стартует вторая команда. Результаты обеих команд фиксируются по секундомеру и в конце эстафеты сравниваются с учётом штрафных очков.

Препятствия в эстафете определяются с учётом спортивного оборудования, находящегося на площадке.

Между препятствиями команда передвигается бегом.

**7“Мышки-завитушки”.**

Место проведения: спортивный зал или любая площадка.

Описание: участники делятся на две команды, каждая из которых образует круг. Обязательное условие игры-участники крепко держатся за руки и не расцепляются до момента окончания игры. Обе команды находятся на средней линии. Учитель или специально выбранный водящий говорят следующие слова: “ушки, сушки, плюшки, мышки, завитушки”. На каждое из этих слов участники команды должны “закручиваться”, пролезая под руками друг друга. В результате получится круг-“завитушка”. Затем водящий начинает вести счёт, а команды делают по одному шагу под счёт в сторону стены либо каких-нибудь ориентиров. Выигрывает команда, первая достигшая цели.

***Примечания:***

* счёт ведётся медленно, для того чтобы каждый из участников успевал сделать шаг
* ориентиром может быть освобождённый от урока ученик (или двое учеников), которые стоят с вытянутыми руками. Как только он коснётся кого-либо из приближающейся команды - то поднимает руки вверх, т.е. эта команда побеждает.

**8“Охота на лис”**

Место проведения: игра проводится около школы или на любой ограниченной площадке.

Описание игры: все участники делятся на 2 команды, после чего проводится жеребьевка. Одна из команд становится “охотниками”, другая – “лисами”. По сигналу учителя “лисы” убегают и прячутся на местности. Через 30-40 секунд за ними вслед убегают “охотники”. Задача “охотников” - догнать или найти “лису”, осалить ее и привести за руку к “охотничьему домику”. Игра заканчивается, когда “охотники” переловят всех “лис”.

***Примечание:***

* участники команды “лис” надевают нагрудные номера;
* “охотники” находятся в так называемом “охотничьем домике” и обязательно стоят спиной к “лисам”;
* стартовая линия для команды “лис” находится в 5-10 метрах от “охотничьего домика”;
* “лисам” запрещается: заходить за ограничительные линии (забор и т.п.), залезать на деревья, прятаться в здании школы и отказываться идти с “охотниками”, если тот его осалил. Во всех этих случаях игрок – “лиса” наказывается штрафными очками и считается пойманным;
* “охотникам” запрещается драться с “лисой”, если та не хочет идти. В этом случае нужно добежать до линии старта и назвать номер “лисы”, нарушившей правила;
* если “охотник” осалил “лису”, то ему нужно взять ее за руку и довести до “охотничьего домика”. Можно также передать “лису” другому “охотнику”, а самому бежать дальше “охотиться”. Таким же образом можно передать номер “лисы”, нарушившей правила;
* побеждает та команда, которая, будучи командой “охотников” поймала всех “лис” за меньшее время;
* штрафные очки переводятся в секунды и вычитаются из времени, затраченного на поимку “лис” противоположной командой.

**9“Охотники, волки и ёлки”.**

Место проведения: спортивный зал или любая площадка.

Описание игры: выбирается один или несколько водящих, (в зависимости от величины площадки и количества участников), которые располагаются в углу зала или с краю площадки - это охотники. Остальные участники – волки. По сигналу охотники выбегают из своего убежища и стараются осалить волков (мячом или рукой). Пойманный волк не выходит из игры, а “трансформируется” в ёлку – останавливается на месте и поднимает руки как ветви. Рядом стоящие ёлки могут перемещаться друг к другу, браться за руки и образовывать лес. Те волки, которых ещё не осалили, могут прятаться за ёлками или за лесом, но и в этом случае их можно осаливать. Выигрывает волк или несколько волков, осаленные последними (они и становятся охотниками).

**10“Рыжий кот”**

Место проведения: спортивный зал или площадка.

Описание игры: учитель выбирает одного водящего – это “Рыжий кот”. Он становится в центре зала, а остальные участники игры (“мыши”) располагаются вокруг “кота” и берутся за руки. Затем “кот” приседает и закрывает глаза ладонями, как будто он спит. “Мыши” обращаются к “коту” с такими словами:

“Лежебока рыжий кот отлежал себе живот.

Есть хочется, да лень ворочаться.

Вот и ждёт рыжий кот – может мышка подползёт!”.

После этих слов “мыши” разбегаются, а “кот” их ловит. Пойманные “мыши” садятся на скамейку и “горюют”, так как “кот” их съел. Игра продолжается 10-20 секунд, после чего “кот” выбирает нового “кота” из непойманных “мышей!. Затем “съеденные мыши” вновь входят в игру, и она продолжается. Игра проводится 3-5 раз.

***Примечание:***

* “кот” закрывает глаза руками для того, чтобы он не смотрел заранее на “мышь”, которую собирается поймать. Но “коту” разрешается разводить пальцы рук и исподтишка подглядывать за “мышами”;
* можно выбрать двух “котов” и даже трех, если игра проводится в большом зале (в этом случае они располагаются спиной друг к другу);
* по мере усвоения игры действия “мышей” усложняются – они могут ходить по кругу (на пятках, на носках и т.п.) или выполнять в кругу какие-либо упражнения на внимание;
* оценка ставится тому “коту”, который наловил много “мышей”, или “коту”, который очень быстро выбежал и сразу поймал несколько “мышей”; или “мышам”, которые не были пойманы за все время игры

**11“Самая меткая команда”.**

Место проведения: спортивный зал или любая площадка.

Описание: участники делятся на две команды. Затем они перестраиваются в две колонны, принимая при этом стойку ноги врозь, руки - на плечи стоящему впереди. Самый первый участник держит в руках мяч. По сигналу этот игрок наклоняется вперёд и как можно сильнее катит его назад. Последний игрок получает мяч, бежит с ним вперёд и продолжает действие первого участника. Выигрывает команда, в которой капитан с мячом в руках снова окажется впереди команды. За победу команде начисляется одно очко. После этого выбираются другие капитаны, но схема игры меняется: участники закрывают глаза (или сами или впереди стоящему игроку), а игроки с мячами меняют своё местоположение, но при этом стараются находиться рядом друг с другом. По сигналу остальные участники открывают глаза, бегут к своим капитанам, строятся в том же порядке и повторяют предыдущее упражнение.

Игра повторяется 5-6 раз, при этом капитаны каждый раз меняются. Расстояние, на которое отбегают игроки с мячами, не ограничивается, но они должны находиться в поле зрения остальных участников.

Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.

***Примечания:*** передача мяча осуществляется только после того, как в колонну встал последний её участник. Этот игрок должен подать впереди стоящему какую-либо звуковую команду или пароль: например - “ракета готова” или любую другую команду.

**12“Сыщики”**

Место проведения: спортивный зал или любая спортивная площадка.

Описание: все участники располагаются лицом к стене. Учитель или водящий прячут в любом месте какой-либо небольшой предмет (например, ключ). По сигналу участники начинают искать спрятанный предмет. Кто найдёт первым - тот становится “лучшим сыщиком”.

***Примечания:***“лучший сыщик” может быть далее водящим.

**13“Хоровод”**

Место проведения: спортивный зал или любая площадка.

Описание: все участники делятся на группы, в каждой из которых должны быть и мальчики и девочки. Группа берётся за руки и образует хоровод, стараясь при этом запомнить друг друга. Затем участники расходятся на противоположные края зала (отдельно: мальчики и девочки) и строятся в шеренгу. Далее все выполняют по команде учителя повороты либо какие-то другие упражнения, возможно с закрытыми глазами. По команде “Хоровод” участники должны соединиться в свои группы. Выигрывает та команда, которая сделает это быстрее других.

***Примечания:***место построения участников “Хоровода” желательно отметить фишками.

**14«Кричалки–шепталки–молчалки»**

Из разноцветного картона надо сделать 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это – сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку» можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь – «шепталка» – можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчалка» – синяя ладонь – дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчанками».

**15«Гвалт»**

Один из участников (по желанию) становится водящим и выходит за дверь. Группа выбирает какую-либо фразу или строчку из известной всем песни, которую распределяют так: каждому участнику по одному слову. Затем входит водящий, и игроки все одновременно, хором, начинают громко повторять каждый свое слово. Водящий должен догадаться, что это за песня, собрав ее по словечку.

Желательно, чтобы до того как войдет водящий, каждый ребенок повторил вслух доставшееся ему слово.

**16«Менялки»**

Игра проводится в кругу, участники выбирают водящего, который встает и выносит свой стул за круг, таким образом получается, что стульев на один меньше, чем играющих. Далее ведущий говорит: Меняются местами те, у кого ... (светлые волосы, часы и т. д.). После этого имеющие названный признак должны быстро встать и поменяться местами, в то же время водящий старается занять свободное место. Участник игры, оставшийся без стула, становится водящим.

**17«Говори!»**

Скажите детям следующее. «Ребята, я буду задавать вам простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: «Говори!» Давайте потренируемся: «Какое сейчас время года?» (Педагог делает паузу) «Говори!»; «Какого цвета у нас в группе (в классе) потолок?»... «Говори!»; «Какой сегодня день недели?»... «Говори!»; «Сколько будет два плюс три?» и т. д.»

**18«Броуновское движение»**

Все дети встают в круг. Ведущий один за другим вкатывает в центр круга теннисные мячики. Детям сообщаются правила игры: мячи не должны останавливаться и выкатываться за пределы круга, их можно толкать ногой или рукой. Если участники успешно выполняют правила игры, ведущий вкатывает дополнительное количество мячей. Смысл игры – установить командный рекорд по количеству мячей в круге.

**19«Передай мяч»**

Сидя на стульях или стоя в кругу, играющие стараются как можно быстрее передать мяч, не уронив его, соседу. Можно в максимально быстром темпе бросать мяч друг другу или передавать его, повернувшись спиной в круг и убрав руки за спину. Усложнить упражнение можно, попросив детей играть с закрытыми глазами или используя в игре одновременно несколько мячей.

**20«Зеваки»**

Все играющие идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего (это может быть звук колокольчика, погремушки, хлопок руками или какое-нибудь слово) дети останавливаются, хлопают 4 раза в ладоши, поворачиваются и идут в другую сторону. Кто не успел выполнить задание, выбывает из игры. Игру можно проводить под музыку или под групповую песню. В таком случае дети должны хлопать в ладоши, услышав определенное слово песни (оговоренное заранее).

**21«Слушай команду»**

Звучит спокойная, но не слишком медленная музыка. Дети идут в колонне друг за другом. Внезапно музыка прекращается.

Все останавливаются, слушают произнесенную шепотом команду ведущего (например: «Положите правую руку на плечо соседа») и тотчас же ее выполняют. Затем снова звучит музыка, и все продолжают ходьбу. Команды даются только на выполнение спокойных движений. Игра проводится до тех пор, пока группа в состоянии хорошо слушать и выполнять задание. Игра поможет воспитателю сменить ритм действия расшалившихся ребят, а детям – успокоиться и без труда переключиться на другой, более спокойный вид деятельности.

**22«Расставь посты»**

Дети маршируют под музыку друг за другом. Впереди идет командир, который выбирает направление движения. Как только командир хлопнет в ладоши, идущий последним ребенок должен немедленно остановиться. Все остальные продолжают маршировать и слушать команды. Таким образом, командир расставляет всех детей в задуманном им порядке (в линейку, по кругу, по углам и т. д.). Чтобы слышать команды, дети должны передвигаться бесшумно.

**24«Запрещенное движение»**

Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнять. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры. Вместо показа движения можно называть вслух цифры. Участники игры повторяют хором все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры «пять». Когда дети ее услышат, они должны будут хлопнуть в ладоши (или покружиться на месте).

**25«Слушай хлопки»**

Все идут по кругу или передвигаются по комнате в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны) или какую-либо другую позу. Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

**26«Замри»**

Дети прыгают в такт музыке (ноги в стороны – вместе, сопровождая прыжки хлопками над головой и по бедрам). Внезапно музыка обрывается. Играющие должны застыть в позе, на которую пришлась остановка музыки. Если кому-то из участников это не удалось, он выбывает из игры. Снова звучит музыка – оставшиеся продолжают выполнять движения. Играют до тех пор, пока в круге ни останется лишь один играющий.

**27«Давайте поздороваемся»**

Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (а возможно, что кто-либо из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом:

1 хлопок – здороваемся за руку;

2 хлопка – здороваемся плечиками;

3 хлопка – здороваемся спинками.

Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст гиперактивному ребенку возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

**28«Веселая игра с колокольчиком»**

Все садятся в круг, по желанию группы выбирается водящий, однако, если желающих водить нет, то роль водящего отводится тренеру. Водящему завязывают глаза, а колокольчик передают по кругу, задача водящего –нельзя.

**29«Толкание мячика в обруч»**

Инвентарь – гимнастический обруч, набивной мяч.

Место проведения – небольшая площадка.

Организация – подвесить обруч на высоту 2,5–3 м над поймать человека с колокольчиком. Перебрасывать колокольчик друг другу землей. На расстоянии 3–4 м провести линию, от которой будут толкать мяч. Одна команда становится за этой линией, а вторая занимает место на второй стороне от обруча в 3–4 м от него.

Проведение – ученики одной команды поочередно толкают мячик так, чтобы он пролетел через обруч. Игроки второй команды подают мяч. Затем команды меняются местами. Каждое попадание в обруч оценивается в одно очко. Выигрывает та команда, которая набрала больше очков.

**30«Бежал с мячиком»**

Инвентарь – большой или маленький мячик.

Место проведения – игровая площадка, футбольное поле.

Организация – начертить дугу, позади которой размещены 2 команды игроков, которые выстроены в колонну по одному. Двое ведущих назначаются из учеников, один из них находится за дугой посередине между командами, держа в руках мячик, а второй стоит впереди на определенном расстоянии от первого. Расстояние между двумя ведущими может быть произвольным и зависит от времени и подготовки учеников.

Проведение – после сигнала тренера ведущий, что находится за дугой, передает мячик по земле второму водящему. Участники по одному с каждой команды бегут за мячиком. Команда, представитель которой первым тронет мячик, получает очко. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не примут в ней участие.

31, 32, 33, 34 занятия об истории возникновения  подвижных   игр

Как возникли  подвижные   игры. Какие народы играли. Связь с олимпийскими играми.