| | | |
|---|---|---|
| «Рассмотрено»<br>на заседании<br>методического<br>объединения<br>классных руководителей<br>ГБОУ СОШ №33<br>имени кавалера ордена<br>« За личное мужество»<br>С.А. Вотрина<br>городского округа Сызрань<br>Самарской области протокол<br>№ 1<br>от « 31 » 08 2022г. | «Рекомендовано»<br>к утверждению<br>директором<br>ГБОУ СОШ № 33<br>имени кавалера ордена<br>« За личное мужество»<br>С.А. Вотрина<br>городского округа Сызрань<br>Самарской области<br><br>«31» 08 2022г<br>_____<br>А.Ю. Агошкова<br>зам. директора по УВР | «Утверждаю»<br>к использованию<br>директор ГБОУ СОШ №33<br>имени кавалера ордена<br>« За личное мужество»<br>С.А. Вотрина<br>городского округа Сызрань<br>Самарской области<br>Приказ №328<br>от « 31 08 2022г.<br><br>_____<br>В.Ю.Мавринский |

# Рабочая программа курса внеурочной деятельности

# «Динамическая пауза»

**(наименование учебного предмета)**

2 класс, 68 часов

(классы освоения, количество часов)

Сызрань

2022-2023 г

**Пояснительная записка**

**Актуальность:** В век информационных технологий одна половина наших детей все больше проводят время у экранов компьютеров, пренебрегая игры на свежем воздухе, другая половина -

слоняется по улицам, не умеет играть, т.к. не знает игр. Куда подевались весёлые подвижные игры: палочка-выручалочка, прятки-обознатки, и др.?

В игровой деятельности детей объективно сочетаются два очень важных фактора: с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, привыкают самостоятельно действовать; с другой стороны – получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой деятельности, углубляют познания об окружающей их среде. Все это в конечном итоге способствует воспитанию личности в целом. Таким образом, игра – одно из комплексных средств воспитания: она направлена на всестороннюю физическую подготовленность (через непосредственное овладение основами движения и сложных действий в изменяющихся условиях коллективной деятельности), совершенствование функций организма, черт характера играющих.

Использование соревновательно-игрового метода способствует успешному накоплению двигательного опыта, основанного на временных связях, которые вследствие положительного переноса, т.е. координационной общности с изучаемым видом физической деятельности, облегчают освоение программного материала. Соревновательно-игровые задания несут в себе большой эмоциональный заряд, который является эффективным средством не только физического развития учащихся, но и их духовного воспитания. Использование соревновательно-игрового метода позволяет преподавателю успешно развивать как общефизическую, так и специальную подготовку учащихся. Физическая подготовка является фундаментом для освоения любого вида программы. Она способствует быстрому овладению умениями и навыками и их прочному закреплению, развитию основных физических качеств учащихся: силы, быстроты, ловкости, гибкости и выносливости.

**Отличительные особенности программы**:

Подвижные игры позволяют решить целый комплекс важных задач в работе с детьми: удовлетворить их потребность в движении и стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить не только физические качества, но и умственные, психические и творческие способности, нравственные качества и т.д.

Данная программа предлагает ознакомить детей с подвижными играми разных народов. Подвижные игры с ребятами идут на ура всегда: и на уроках, и во внеурочной деятельности, в паузы между школьными буднями, и в летние каникулы. Игра естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять волю и стремление к победе.

Программа предназначена для учащихся 1 – 4 классов во внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления. Предложенная программа основана на играх, придуманных разными народами. Предложенной подборкой игр, придуманных разными народами, можно не только занять ребят, но и пробудить в них познавательный интерес к традициям и обычаям различных наций, а также ненавязчиво воспитывать толерантность школьников друг к другу. Особенно эффективной такая форма работы с детьми будет в многонациональном классе или отряде летнего лагеря.

**Новизна** данной программы заключается в том, что изучение игр разных народов мира начинается с национального экскурса, знакомства с географическим положением, государственной атрибутикой, приветствием на народном языке, знакомством с народным костюмом, с народными сказками, что служит своеобразной психологической подготовкой к ним, заставляет глубже задуматься над их содержанием. В этих видах деятельности углубляется симпатия детей к людям других национальностей, крепнет дружба между ними. И это очень актуально сегодня, когда огоньки национальной розни вспыхивают по всей стране.

**В построении программы отражается и проектная деятельность** учащихся. Результатом социального проекта будет проведение учащимися игрового ассорти «Игры народов мира» с другими учащимися начальной школы, воспитанниками детских садов, со сверстниками во дворе. Результатом творческо-поискового проекта будет

«Книга игр народов мира, включающая в себя национальный экскурс: географическое положением, государственная атрибутика, приветствие на народном языке, народный костюм, народные сказки ( а может быть найденные им народные поговорки, загадки и т.д.), описание

изученных народных игр, а также описание тех игр, которые они узнают от родителей, из разных источников информации: журналы, книги, сайты. Таким образом, **развивается и информационная грамотность** детей - это комплекс необходимых навыков, которые требуются от каждого индивида для того, чтобы «осознавать необходимость в информации, уметь ее найти, дать верную оценку и эффективно использовать необходимую информацию».

**Цель программы**: создание условий для физического развития и укрепления здоровья детей через игры народов мира.

**Задачи:**

- способствовать расширению кругозора учащихся;
- содействовать взаимодействию взаимопониманий;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность;
- активизировать двигательную деятельность детей.
- в процессе игры развить у школьников навыки взаимодействия, сотрудничества, взаимопомощи;
- познакомить детей с содержанием подвижных игр разных народов;
- сформировать у ребят представление о национальном колорите народов: обычаев того или иного народа, особенностях речи и традиций.

***Нормативные правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа:***

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Развитие речи» для 1 - 4 классов составлена на основе:

-ФГОС НОО(пр 286 от 31.05.2021)

-Основной образовательной программы начального общего образования (приказ 327/2) от 31.08.2022

**Ожидаемый результат**

Укрепление здоровья детей, формирования у них навыков здорового образа жизни.
Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр народов мира
Развитие умений работать в коллективе, лидерских качеств
Формирования у детей и уверенности в своих силах
Воспитание толерантности.

Подвижные игры - это игры направленные на общефизическое развитие детей.
Детство немыслимо без игры. Подвижная игра – способ трансформации детской энергии в навыки, которые пригодятся ему во взрослой жизни.

**Игра как средство воспитания.**

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки
Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

**Игра в жизни ребенка**.

Игры предшествуют трудовую деятельность ребенка. Он начинает играть до того, как научится выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая двигательная деятельность не является врожденной способностью, свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребенка условнорефлекторным путем, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребенка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

**Оздоровительное значение подвижных игр.**

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

**Формирование УУД**

**Личностные УУД:**

Формирование психологических условий развития способности учащихся к общению, кооперации, сотрудничеству, включая:

— доброжелательность, доверие и внимание к людям,

— готовность к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;

— уважение к окружающим — умение слушать и слышать партнера, признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с учетом позиций всех участников.

— развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;

- развитие толерантности

Развитие самостоятельности, инициативы и ответственности личности как условия ее самоактуализации:

— формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе;

— готовность открыто выражать и отстаивать свою позицию;

— критичность в отношении своих поступков и умение адекватно их оценивать;

— готовность к самостоятельным действиям, ответственность за их результаты;

— целеустремленность и настойчивость в достижении целей;

— жизненный оптимизм и готовность к преодолению трудностей

**Познавательные УУД**

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения проектных заданий
- знать правила игр народов мира
- сравнивать различные игры народов мира, находить сходство
- знать национальный экскурс России, Украины, Белорусии, Азербайджана, Казахстана, Узбекистана, Грузии, Армении, Киргизии, Туркмении, Латвии, Литвы, Молдавии, Эстонии, Болгарии, Чувашии, Германии, Англии, Франции.

**Регулятивные УУД:**

Развитие умения учиться как первого шага к самообразованию и самовоспитанию:

- — формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке).
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства
- . управление поведением — контроль, коррекция, оценка действий партнера и своих собственных;

**Коммуникативные УУД:**

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

**Содержание программы 2 года обучения:**

Количество часов в неделю – 2 ч

За год: 68 ч

## Русские народные игры

## Мяч в воздухе (Не давай мяча водящему)

(В настоящее время играющие часто называют игру «В собачки» )
Это старая игра. Раньше она носила другие названия («Воздушный мяч», «Летучий мяч»). В ней использовали тряпичный мяч, шапку, надутый пузырь.
В настоящее время эта игра несколько модернизирована. Она стала подготовительной игрой ко всем спортивным играм с мячом.
Игра проводится на небольшой площадке или в зале. Участвуют в ней дети (начиная с младшего школьного возраста) и молодежь, от 3 до 30 человек. Играющим требуется мяч (волейбольный, баскетбольный или простой детский).
Описание. Участники становятся в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук. Водящий (по жребию) встает в середину круга. У кого-либо из стоящих по кругу в руках мяч. Играющие перебрасывают мяч по воздуху или перекатывают по земле так, чтобы водящий не мог коснуться его. Бегая в середине круга, водящий стремится дотронуться до мяча, находящегося в воздухе, на земле или в руках у кого-либо из игроков. Если водящему удастся коснуться мяча, то он меняется местом с игроком, бросившим мяч, или с игроком, державшим мяч, когда его коснулся водящий.
Если играющих более 15-20 человек, можно выделить 2-3 водящих. Когда участники хорошо освоят игру, можно ввести усложнение: играющие все время двигаются по кругу.

**Правила.**

1. Если мяч вылетит из круга, то играющие должны как можно быстрее поднять его и, вернувшись на свои места, продолжать игру.
2. Водящий имеет право касаться не только мяча, находящегося у кого-либо в руках, в воздухе, на земле, но и мяча, вылетевшего за круг.

## Охотники и утки

Это очень старая игра. Она и сейчас широко распространена у нас. Раньше в нее играли с малым самодельным мячом, в настоящее время используют волейбольный и баскетбольный мячи. Уже несколько десятилетий эта игра входит в программу по физкультуре в общеобразовательных школах. Ее применяют и в подготовке к спортивным играм.
В «Охотниках и утках» участвуют от 6 до 40 человек. Играют и дети (начиная с 9-10 лет) и взрослые. Для игры нужен мяч среднего размера (лучше волейбольный).
Описание. На площадке чертят большой круг диаметром от 6 до 10 м. Если играют в узком зале, то рекомендуется начертить две линии на расстоянии 6-8 м одна от другой, образовав прямоугольник, двумя сторонами которого будут стены и двумя другими - начерченные линии.
Играющие делятся на две команды - «охотников» и «уток» (могут быть и другие названия).
«Охотники» становятся по кругу за чертой или за начерченными линиями,

разделившись пополам (см. рис. 7). У одного из них в руках мяч. «Утки» располагаются произвольно в кругу или в прямоугольнике.
«Охотники», не входя в круг, перебрасывают мяч друг другу и в удобный момент бросают в «уток». Спасаясь, «утки» увертываются от мяча, бегают и прыгают внутри круга. Осаленная мячом («подстреленная») «утка» выходит из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не будут «подстрелены» все «утки», после чего команды меняются ролями и местами.
После двух игр отмечается победитель - команда «охотников», быстрее другой «перестрелявшая» всех «уток».
Если времени для игры мало, а ее участники хорошо владеют мячом и физически хорошо подготовлены, можно ограничить игру временем. Например, отмечается количество «уток», пойманных за 3 мин. В этом случае считается победительницей команда, которая больше осалит «уток» за установленное время.

**Правила.**

1. «Охотники» не имеют права заступать за черту круга (или прямоугольника). В противном случае попадание не засчитывается.
2. Салить мячом можно в любую часть тела, за исключением головы. Если круг или

прямоугольник небольшие, то место для попадания может быть ограничено (например, ноги до коленей).

3. Осаливание «уток» мячом, отскочившим от земли или от пола, не засчитывается.

4. «Подстреленная» «утка» временно не участвует в игре (пока не будут осалены все «утки» и команды не поменяются ролями).

## Туркменские народные игры

### Кошка (Пишик)

Игра проводится детьми дошкольного и младшего школьного возраста на площадке или в зале. В ней участвуют 20-30 человек.

**Описание.** Играющие становятся в круг. Из них по считалке или расчету выбирают двух водящих: «мать» и «кошку».

Начиная игру, «мать» сообщает «детям» (всем играющим), что уходит на базар, и просит их беречь молоко от «кошки». Затем она отходит на некоторое расстояние от круга и становится так, чтобы не видеть играющих. В это время «кошка» проникает в круг и «выпивает молоко» (делает вид, что пьет). «Возвратившись с базара», «мать» не находит «молока» и спрашивает у «детей»: «Кто выпил молоко?» «Кошка выпила!» - отвечают хором «дети». «Мать» начинает искать «кошку» и старается поймать ее. «Кошка» убегает от «матери», а «дети», став плотнее, сузив круг, стремятся не пропустить через него «кошку».

После того как «кошка» поймана, на роль «кошки» и «матери» назначают других детей.

**Правила**

- Игроки не имеют права задерживать «кошку» руками, - они могут только загораживать ей выход туловищем.
- «Мать» может ловить «кошку» в пределах круга и за ним (по договоренности).

### Взять в плен (Аланыянында)

Игра проводится на площадке или в зале детьми младшего и среднего школьного возраста, 10-40 человек. Площадка ограничивается с четырех сторон.

**Описание**. На расстоянии 10-16 м одна от другой чертят две прямые линии по 10-20 м каждая (в зависимости от количества играющих). Разделившись на две команды, играющие выстраиваются за этими линиями («городами»). Жребием определяется, какой

команде первой нападать. Из команды, защищающей свой «город», выбирается ведущий. Он занимает место посередине между «городами». По сигналу руководителя игрок нападающей команды старается проникнуть в «город» соперника. Если он благополучно проникнет в «город» соперника и возвратится к себе, то его команда имеет право взять в «плен» любого игрока, кроме капитана другой команды, и наступать еще раз. Задача капитана - помешать игроку нападающей команды проникнуть в его «город» и вернуться обратно. Если капитан сумеет осалить перебегающего игрока, то его команда получает право наступать, а осаленный игрок выходит из игры. Если он его не осалил, то продолжает наступать та же команда. И так игра продолжается. Выигравшей считается команда, имеющая больше «пленных».

**Правила**

- Нападение начинается по сигналу руководителя.
- Нападающий, вышедший за границу площадки, считается осаленным.
- Осаленные считаются «пленными» и не играют до конца игры, после чего подсчитывают их количество и определяют победителя.

### Зацепиться за хвост (Гуйруктутды)

Игра проводится на площадке или в помещении детьми дошкольного и младшего школьного возраста. Количество играющих - 10-40 человек.

**Описание**. Дети, взявшись за руки, образуют круг. В центре его сидит один из играющих - «волк» и притворяется спящим. Дети ходят по кругу, поют что-нибудь и, сужая круг, приближаются к «волку», стараясь дотронуться до него. «Волк» неожиданно вскакивает, все игроки разбегаются. «Волк» старается поймать (осалить) кого-нибудь из них. Пойманный становится «волком», и игра продолжается.

**Правила**

- Приближаться к «волку» можно только по сигналу.
- «Волк» может ловить тогда, когда его коснутся.
- Ловить можно только до установленных границ площадки, условных или намеченных чертой.

**Вариант.** «Волку» можно салить несколько игроков, и они выходят из игры; Тогда самым ловким из «волков» будет тот, кто сумеет осалить большее количество играющих. При большом количестве участников игру лучше проводить в двух кругах, что позволит побывать в роли водящих большему количеству игроков.

## Попробуй достань (Ярлыга товусмак)

Дети младшего и среднего школьного возраста (4-40 человек) играют на площадке или в спортзале. Для игры необходимо не менее трех лент (1-1,5 м) разных цветов.

**Описание**. Ленты привязываются посередине зала за гимнастические кольца, перекладину, а если играют во дворе, - за бельевые веревки, натянутые повыше, за ветки деревьев. Концы лент должны находиться на разной высоте от земли (пола) (рис. 4).

Играющие делятся на две команды и становятся шеренгами в 5-6 м от подвешенных лент. Перед ними в 4 м от лент чертится линия старта.

По жребию первый игрок начинающей команды подходит к линии старта и ждет сигнала, по которому он с ходу или бега должен достать в прыжке рукой ленту, расположенную на наибольшей высоте. Если ему это трудно, он достает ленту, конец которой ниже. Если игрок достанет ленту, расположенную выше других, то ему присуждается 3 очка, за ленту, конец которой находится посередине, - 2 очка, за ленту, расположенную ниже остальных, - 1 очко. Затем выходит на стартовую линию первый игрок второй команды и

проделывает то же самое. Так продолжается до тех пор, пока все игроки не примут участие в прыжках. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

**Правила**

- Каждый игрок имеет право на одну попытку.
- Игрок, не дотронувшийся до ленты, не получает очков. 3. Ленту срывать нельзя, можно только коснуться ее рукой.

## Чуррукдепкди

Играют младшие школьники и подростки (5-20 человек) на открытом воздухе зимой и летом. Нужна кучка песка (ее часто заменяют мячом).

**Описание**. Играющие чертят круг диаметром 4-5 м, в центр которого кладут кучку песка или мяч. Один игрок (выбранный) становится водящим и охраняет кучку или мяч. Все остальные размещаются за кругом.

По сигналу играющие стараются вбежать в круг и ногой сбить кучку песка или выбить из круга мяч. Водящий стережет кучку (мяч) и осаливает забежавших в круг. Осаленный становится водящим, а водящий идет на его место, и игра опять начинается по сигналу.

**Правила**

- Ловить можно только в пределах круга, в противном случае результат не засчитывается.
- Если играют вокруг кучки песка, достаточно только наступить на нее.

## Канатоходец

На площадке ребята чертят прямую линию длиной 6—10 м, по которой надо передвигаться как по канату. Разрешается сохранять равновесие, расставив руки в стороны. Правила игры. Игра начинается после произнесения слов:

Висит канат
Натянутый.
Пройди, Дурды,
Сначала ты.
Потом Мурад,
Потом Рашид,
Потом Илья,

Потом и я!

**Правила**.
Проигрывают те ребята, которые слетят с каната, т. е. сойдут с черты.

## Скачки

По считалке ребята выбирают водящего и становятся в круг. Хлопая в ладоши, они скачут галопом по кругу, изображая всадников. Скачку выигрывает тот, кто на лету подхватит платок, брошенный водящим из центра круга.

**Правила**.
Игра начинается после того, как будут произнесены слова зачина:
На коне,
Скакуне,
Я лечу.
Если зайца схвачу — Отпущу!
За лисицей поскачу — Кнутовищем исхлещу. А на волка налечу — Растопчу!

## Прыжки через ров

На площадке мелом ребята рисуют две параллельные линии на расстоянии 50 см одна от другой — это ров. Игроки распределяются на две команды считалкой:

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

Команды выстраиваются по обе стороны рва на расстоянии пяти шагов от него. По очереди с закрытыми глазами дети подходят ко рву и прыгают. Игроки каждой команды помогают своим товарищам возгласами: бок, бокме.

**Правила**.
Выигрывает та команда, в которой больше детей сумело перепрыгнуть через ров, не наступив на черту.

## Вызов

Играющие с помощью считалки делятся на две равные команды. Каждая команда выбирает себе капитана. На противоположных сторонах площадки на расстоянии 15—20 м одна от другой проводят линии городов, между которыми чертят среднюю линию.

Обе команды выстраиваются шеренгами на противоположных сторонах за линией своего города. По сигналу капитан команды, которой по жребию выпало начинать игру, посылает одного из своих игроков в противоположный город. Этот игрок должен добежать до команды противника, дотронуться рукой до одного из игроков и успеть убежать в свой город.

**Правила**

- Тот, до кого дотронулся бегун, должен постараться догнать его до средней линии. Если он успеет это сделать, то игрок, дотронувшийся до него, выбывает из игры.
- При подведении итогов проигравшей считается команда, в которой осталось меньшее количество игроков.

## Латвийские народные игры

## Стая уток (Пилю барс)

**Описание**. Игроки становятся в разомкнутую шеренгу, слегка согнув ноги в коленях и положив на них руки или соединив их под коленями (по договоренности). По сигналу, не меняя положения рук и ног, они начинают продвигаться как можно быстрее вперед до обозначенной черты (10-20 м). Побеждает тот, кто первый перейдет черту.

**Правила.**

- Тот, кто раньше сигнала начнет продвигаться, считается проигравшим.
- Установленное положение рук и ног во время движения менять нельзя. Нарушивший это правило считается проигравшим.

## Три, тринадцать, тридцать (Трис, триспадсмит, трисдесмит)

**Описание**. Игроки образуют круг, став на расстоянии вытянутых в стороны рук. В середину его становится водящий (назначенный или выбранный по жребию). Если он говорит: «Три!» - все игроки должны поднять руки в стороны, при слове «тринадцать!» - поднять их вверх, при слове «тридцать!» - положить на пояс (можно придумать другие, движения).
Водящий называет быстро любое из трех перечисленных выше чисел. Игроки должны быстро выполнять соответствующие движения. Допустивший ошибку отходит на шаг назад и там продолжает играть или меняется ролью с водящим. Выигравшими считаются оставшиеся на своем первоначальном месте или ни разу не менявшиеся ролью с водящим.

**Правила.**

- Если игрок сделал хотя бы попытку к неправильному движению, он считается проигравшим.
- Водящий имеет право растягивать слова, например: «Три-и-и...» Играющим надо внимательно следить за окончанием слов.

## Кольцо

Играющие становятся в круг и держат в руках шнур или ленту, концы которой связаны. На ленту нанизано колечко. В центре круга стоит водящий. Водящему нужно найти кольцо, которое играющие незаметно для него передают друг другу и прячут в ладони. Если водящий угадал, в чьей ладони кольцо, он меняется с этим игроком местами. Игру можно сопровождать народной песней.

**Правила**. По сигналу все играющие должны движениями рук имитировать передачу кольца, чтобы сбить вод

## Догони меня

В центре площадки чертят две линии на расстоянии 3 м одна от другой. С двух сторон от них чертят на расстоянии 10 м еще по одной линии – это дома.

Играющие делятся на две равные команды и встают друг против друга за центральными линиями. По жребию одна из команд начинает игру. Игроки этой команды на одной ноге стараются допрыгать до своего дома, а соперники также на одной ноге догоняют их. За каждого осаленного игрока команда получает 1 очко. На своей центральной линии каждая команда выкладывает столько камешков, сколько она запятнала убегающих, т.е. сколько набрала очков. Когда игра закончена, все возвращаются к центральным линиям. При повторении игры дети меняются ролями. Побеждает команда, первой набравшая условное количество очков.

**Правила**. Салить можно только игроков прыгающих на одной ноге; если игрок встал на две ноги, он выбывает из игры. По ходу игры дети могут поменять ногу. Добежавших до дома салить нельзя.

## Решето

Играющие становятся в ряд. Один из участников игры остается вне ряда – он решето. Решето подходит к стоящему первым в ряду и говорит: «Сей, сей решето!» Тот спрашивает: «Что ты хочешь, решето?» Решето отвечает: «Мелкую муку». Играющий, к которому обратился игрок-решето, произносит: «Беги за ней!» После этого решето бежит за участником игры, стоящим в ряду последним, и старается его поймать. Тот убегает и стремится встать первым в ряду. Если ему это удается, то он спасен. Если же решето поймает убегающего, то они меняются ролями, бывшее решето становится в ряд первым.

**Правила игры**. Нельзя выбегать из ряда прежде, чем будут произнесены все слова.

## Игра «Путешественник»

Участники игры садятся в круг. Один лишь путешественник остается в центре круга. Сидящие по кругу тихо, так чтобы путешественник не слышал, выбирают для себя наименования знакомых городов или местностей. Путешественник вслух называет города, откуда и куда он хочет проехать. Например: «Я путешествую из Риги в Москву». Участники игры, выбравшие эти названия городов, встают и меняются местами. Путешественник старается занять одно из освободившихся мест. Тот, кто останется без места, продолжает путешествие.

**Правила игры**. Садясь на свободное место, нельзя толкать друг друга

## Волк и коза

По считалочке дети выбирают волка и козу, остальные – пастухи. Взявшись за руки, пастухи движутся по кругу, внутри которого пасется коза. Волк должен поймать козу, но попасть в круг он может только через ворота (двое детей движутся по кругу с поднятыми руками), а коза – в любом месте. Когда волк поймает козу, игра начинается сначала.

**Правила игры**. Волк ловит козу только в кругу.

## Литовские народные игры

## Ткачиха (Аудейёля)

**Описание**. Выбирают по считалке или просто по желанию двух водящих - два «челнока». Остальные игроки становятся в две шеренги друг против друга на расстоянии около 3 м, сцепившись руками в локтях. Это - «движущиеся части ткацкого станка». Оба ряда медленно приближаются друг к другу, а потом отступают назад под песню:

Я искусная ткачиха,
Хорошо умею ткать,
Пикшт, покшт, клёпу, клёпу,

## Гусиный мост (Жасу тйлтас)

**Описание**. Играющие выбирают «волка», «медведя», «гусака». Остальные - «гуси». «Волк» и «медведь» берутся за руки, а «гуси» выстраиваются перед ними в колонну. Впереди - «гусак». Он ведет разговор с «медведем» или «волком»:

- Куда летите, гуси? - Через моря. - Не перелетите. - Положим соломинку и перейдем. - Она сломается. - Положим доски. - Их вода смоет. - Мой отец мастер. Он сделает железный мост, и мы пройдем.

После последних слов «волк» и «медведь» поднимают сомкнутые руки, а «гусак» с «гусями» проходят через эти «ворота». «Волк» с «медведем», опустив руки вниз, стараются поймать последнего «гуся». Если это удается, спрашивают, к кому он хочет идти: к «волку» или «медведю». Выбрав одного из них, «гусь» становится за его спину. Таким образом, к концу игры образуются две группы - группа «волка» и группа «медведя». Они выстраиваются напротив друг друга. Участники каждой группы держатся

за пояс впереди стоящего, а «волк» с «медведем» соединяют руки. Каждая цепь тянет в свою сторону. Побеждают перетянувшие хотя бы одного соперника через линию, проведенную между перетягивающими группами.

**Правила.**

- Держаться за пояс впереди стоящего и тянуть следует умеренно.
- Группа, цепь которой оборвется, считается проигравшей.

## Юргялис

(*Юргялис - литовское мужское имя. Другое название игры - «Юргялис-мастер»* )

**Описание**. Взявшись за руки, играющие образуют круг. Один из них сам вызывается (или выбирается по считалке) быть водящим (Юргялисом-мастером). Он становится в середину круга. Остальные идут по кругу и поют:

Юргялис-мастер, учи своих детей,
А вы, дети, делайте так, как делает мастер.

После этих слов водящий по своему усмотрению показывает разные движения: приседает, хлопает в ладоши, крутится на месте, подпрыгивает и т. д. Лучшим Юргялисом-мастером считается игрок, который смог показать трудовые движения: как рубят топором, косят косой, куют или забивают гвозди молотком и т. д. Все играющие повторяют движения водящего. Потом он выбирает на свое место другого игрока, а сам становится в общий круг. Игра повторяется.

**Правило**. Предыдущий водящий выбирает нового водящего по своему усмотрению, или заранее договариваются, что он выберет того, кто лучше других повторял его движения, или, наоборот, того, кто больше ошибался.

**Варианты**. Могут быть иными слова песни играющих. В некоторых местностях, например, поют:

Отец приехал учить детей своих:
«Вы, детки, делайте так, как отец делает».

Водящий («отец») выбирает нового водящего («мать»), и дальше поется:

Мать приехала учить детей своих:

## Король зверей

Все играющие – звери, один из них – король зверей. Каждый зверь должен сказать королю свое название, но так, чтобы другие не слышали ( тигр, волк…) Звери выстраиваются в один ряд напротив короля, за несколько шагов до него. у ног короля лежит мяч. Король называет какого-нибудь зверя, тот должен бежать, а король старается попасть в него мячом. Если мяч попадает в зверя, тот идет к королю и помогает ему ( приносит мяч) После того, как король назовет двух-трех зверей, он говорит : « Ловлю всех зверей!» Все бегут, а он старается мячом попасть в кого-нибудь.

**Правила**:

Король бросает мяч, не выходя за очерченную линию. Новый король выбирается после того, как пойманы три – четыре зверя.

## Кошка и мышка

Игру ведут двое детей. Один игрок кошка, второй мышка. Кошка становится около одного конца скамейки, а мышка – у противоположного конца. Кошка спрашивает мышку, та отвечает:

- Мышка, мышка, где была?
- В кладовой.
- Что там делала?
- Масло ела.
- А мне оставила?
- Не оставила.
- А где ложечки положила?
- Под бочку сунула.
- А куда кувшин поставила?
- Шла по камешкам, напала злая собака – я уронила и разбила.
- Тогда я буду тебя ловить.
- Я убегу.

Мышка старается убежать от кошки. Если кошка ее поймала, они меняются ролями. Если кошка, пробежав несколько кругов вокруг скамейки, не смогла поймать мышку, надо предложить им поменяться ролями и изменить направление бега.

**Правила**:

Играют два человека. Но еще две пары могут наблюдать за игрой, а потом занять их место. Мышка и кошка бегают только вокруг скамейки. Мышка считается пойманной, если кошка дотронулась до нее рукой.

## Ловля рыб

Игроки делятся на две группы. Они становятся друг против друга на расстоянии нескольких шагов. Одна группа – рыболовы ( их меньше), другая – рыбы. В начале игры между ними происходит разговор:

-Что вы вяжете? – спрашивают рыбы.
- Невод – отвечают рыбаки, выполняя имитирующие движения.
- Что вы будете ловить?
- Рыбу.
- Какую?
- Щуку.
- Ловите!

рыбы поворачиваются и бегут до установленной черты. Каждый рыболов старается поймать хоть одну рыбу. Игра повторяется, но называется другая рыба.

**Правила**:

Ловить рыб можно только в границах моря. Рыба считается пойманной, когда рыболов дотрагивается до нее рукой.

## Волчонок

Играющие образуют круг. Считалкой выбирают волчонка. Он стоит в середине круга и старается выйти из него. Стоящие в кругу дети держатся за руки и периодически то поднимают, то опускают их, дразня волка и

приговаривая: «Волчонок, бедняжка попался! Железные ворота серебряные ключи! Ты ни сюда, ты ни туда не вылезешь».
Волчонок должен быть очень ловким: он внезапно бросается то в одну сторону то в другую, обманывая стоящих в кругу.
**Правила**:
Проход волчонку из круга закрывается при опускании сцепленных рук. После выхода волчонка из круга на эту роль выбирается другой игрок.

## Пас, пас овец…

Из числа играющих выбираются пастух и волк. Все остальные игроки – овцы. Овцы стоят отарой. А пастух ходит кругом и напевает:
Я пасу своих овечек по лугам,
За забором серый волк сидит,
Только вижу его серый хвост торчит.
Злого волка не боюсь,
Кочергою погоню,
Быстро с ним расправлюсь.
В это время подходит голодный волк. Он хочет обмануть пастуха и схватить овец. Волк говорит: «Пастушок, пастушок, тебе мамочка купила красивые башмачки. Сбегай, посмотри».- А ты, волк, попасешь моих овец?» - «Попасу, только ты беги скорее!». Когда пастушок убегает, волк хватает несколько овец ( берет их за руки и прячется). Пастушок прибежав обратно, видит что овец не хватает. Ходит огорченный и опять поёт:
Я пасу своих овечек по лугам…
Волк приходит снова и говорит пастушку: «Пастушок, пастушок, мамочка испекла тебе очень вкусные булочки. Сбегай домой попробуй». – « Не врешь ли ты мне волк?» - «Нет, правда, правда, я сам видел» - «А кто постережет моих овец?» - «Я постерегу!».
Как только пастушок уходит волк хватает остальных овец и прячет их. Приходит пастушок, видит, что не осталось ни одной овцы. Он горюет и идет искать. Увидев волка, он спрашивает: «Волк, волк ты не видел моих овец?» - «Нет не видел. Когда я пас твоих овец, меня испугал медведь, вот я и сбежал». В это время овцы, услышав голос пастушка, начинают топать ногами. «Кто там стучит?» - спрашивает пастух. «Это гром гремит», - отвечает волк. Тогда овцы начинают блеять: «Бе, бе, бе…» « Это же мои овцы!!!» - радуется пастушок. Он освобождает овец, а волка лгуна выгоняет, веселые овцы прыгают вокруг пастушка.
**Правила**:
Все участники игры должны действовать согласно сюжету. В обращении с овцами волк не должен допускать грубости.

## Птичка

Перед игрой все подбирают для себя фант – любую мелкую вещь, игрушку.
Все игроки усаживаются поудобнее. Выбирается собиратель фантов. Он садится в середину и всем остальным дает название деревьев (дуб, клен….) Каждый должен запомнить своё название. Собиратель фантов говорит «Прилетела птичка и села на дуб».
Дуб должен ответить: « На дубу не была, улетела на ёлку».
Елка называет другое дерево и т.д. Кто прозевает, отдает свой фант. В конце игры фанты отыгрываются: дети поют, читают стихи…
**Правила**:
Необходимо внимательно следить за ходом игры и быстро отвечать. Подсказывать не

- **Проектная деятельность (Игровое ассорти):**
  - поиск других туркменских, латвийских, литовских народных игр;
  - оформление своей «книги игр народов мира»;
  - представление игр на подвижных играх, динамических паузах, во дворе своим одноклассникам, сверстникам, другим детям в детских садах, школах.

**Календарно-тематическое планирование**
**внеурочной деятельности курса «Динамическая пауза» 2 класс**

=

| № п/п | Тема занятия | Форма проведения занятия | Количество часов, отводимых на освоение темы | ЦОР/ЭОР |
|---|---|---|---|---|
| **Повторение игр народов мира** | | | | |
| 1 | Русская народная игра « Мяч в воздухе» | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 2 | « Мяч в воздухе» - закрепление | Соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 3 | Русская народная игра « Охотники и утки» | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 4 | «Охотники и утки» - закрепление | Соревнование | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 5 | Украинская народная игра «Колдун» | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 6 | Армянская народная игра «Статуя» (Карарцан) | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 7 | Грузинская народная игра «Сахреоба» | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 8 | Игровое ассорти «Игры народов мира» | Творческое задание | 1 | http://www.i-gnom.ru |
| 9 | Игровое ассорти «Игры народов мира» | Игра | 1 | http://www.i-gnom.ru |
| **Туркменские народные игры** | | | | |
| 10 | Туркменистан. Национальный экскурс. | Беседа | 1 | https://resh.edu.ru - |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 11 | Туркменская народная игра «Кошка» (Пишик) | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 12 | «Кошка» - закрепление | Соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 13 | Туркменская народная игра «Взять в плен» (Аланыянында) | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 14 | «Взять в плен» - закрепление | Соревнование | 1 | . https://www.yaklass.ru |
| 15 | Туркменская народная игра «Зацепиться за хвост» (Гуйруктутды) | Беседа | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 16 | «Зацепиться за хвост» - закрепление | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 17 | Туркменская народная игра «Попробуй достань» (Ярлыга товусмак) | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 18 | «Попробуй достань» - закрепление | Соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 19 | Туркменская народная игра «Чуррукдепкди» | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 20 | «Чуррукдепкди» - закрепление | Соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 21 | «Канатоходец» | Беседа | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 22 | «Канатоходец» | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 23 | «Скачки» | Беседа | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 24 | «Скачки» | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 25 | «Прыжки через ров» | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 26 | «Прыжки через ров» | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 27 | «Вызов» | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 28 | «Вызов» | Соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 29 | Игровое ассорти | Квест по играм | 1 | http://www.i-gnom.ru |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | «Туркменские народные игры» | | | |
| 30 | Игровое ассорти «Туркменские народные игры» | Игра | 1 | http://www.i-gnom.ru |
| **Латвийские народные игры** | | | | |
| 31 | Латвия. Национальный экскурс | Беседа | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 32 | Латвийская народная игра «Стая уток» (Пилю барс) | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 33 | «Стая уток» - закрепление | соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 34 | Латвийская народная игра «Три, тринадцать, тридцать» (Трис, триспадсмит, трисдесмит) | Викторина | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 35 | «Три, тринадцать, тридцать» - закрепление | Соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 36 | «Кольцо» | Беседа | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 37 | «Кольцо» | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 38 | «Догони меня» | Беседа | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 39 | «Догони меня» | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 40 | «Решето» | Беседа | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 41 | «Решето» | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 42 | «Путешественник» | Работа в группах | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 43 | «Путешественник» | Соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 44 | «Волк и коза» | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 45 | «Волк и коза» | Соревнование | 1 | https://resh.edu.r |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | | u - |
| 46 | Игровое ассорти «Латвийские народные игры» | Квест | 1 | http://www.i-gnom.ru |
| 47 | Игровое ассорти «Латвийские народные игры» | Викторина | 1 | http://www.i-gnom.ru |
| **Литовские народные игры** | | | | |
| 48 | Литва. Национальный экскурс. | Беседа | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 49 | Литовская народная игра «Ткачиха» (Аудейёля) | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 50 | «Ткачиха» - закрепление | Соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 51 | Литовская народная игра «Гусиный мост» (Жасу тйлтас) | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 52 | «Гусиный мост» - закрепление | Соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 53 | Литовская народная игра «Юргялис» | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 54 | «Юргялис» - закрепление | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 55 | «Король зверей» | Беседа | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 56 | «Король зверей» | Работа в группах | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 57 | «Кошка и мышка» | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 58 | «Кошка и мышка» | Соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 59 | «Ловля рыб» | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 60 | «Ловля рыб» | Работа в парах | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 61 | «Волчонок» | Игра | 1 | https://resh.edu.ru - |
| 62 | «Волчонок» | Соревнование | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 63 | «Пас, пас овец…» | Беседа | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 64 | «Пас, пас | Игра | 1 | https://resh.edu.r |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | овец…» | | | u - |
| 65 | «Птичка» | Беседа | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 66 | «Птичка» | Игра | 1 | https://www.yaklass.ru |
| 67 | Игровое ассорти «Литовские народные игры» | Квест | 1 | http://www.i-gnom.ru |
| 68 | Игровое ассорти «Литовские народные игры» | Викторина | 1 | http://www.i-gnom.ru |

C=RU, O=ГБОУ СОШ № 33 г.Сызрани, CN=Мавринский Владимир Юрьевич, E=school33_szr@samara.edu.ru
008159aeea22882007
2022.08.31 12:47:51+04'00'