

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Липовская основная общеобразовательная школа имени  
Героя Российской Федерации Л.С.Константинова»  
Ибресинского м.о. Чувашской Республики

Рассмотрено  
на заседании методического  
Совета школы, протокол  
№1 от 28 августа 2024 года

Утверждено  
приказом по школе  
№ 68 от 31 августа 2024г

Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Поиграй со  
мной», в 1 – 4  
классах

Уровень образования: начальное общее образование

Срок реализации программы: 4 года

Составители: учителя начальных классов  
Авдеева Татьяна Александровна,  
Иванова Ираида Николаевна

## Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности при необходимости взять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### 1. *Регулятивные УУД:*

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

### 2. *Познавательные УУД:*

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать

свои правила игры на основе знакомых игр;

- устанавливать причинно-следственные связи.

### **3. Коммуникативные УУД:**

• взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);

■ адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;

■ допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

■ учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

■ формулировать собственное мнение и позицию;

■ договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

■ совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;

■ учиться выполнять различные роли в группе.

### **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

■ двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;

■ развитие физических способностей;

■ освоение правил здорового и безопасного образа жизни;

■ развитие психических и нравственных качеств;

■ повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;

■ организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;

■ взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

■ применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### ***Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности***

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры»

Обучающийся **научится:**

■ объяснить правила подвижных игр и эстафет;

■ выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

■ называть виды физической активности (бег, ходьба, физические упражнения, игры, эстафеты и т.д.);

■ ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»;

■ характеризовать значение зарядки, физкультминуток, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

■ ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;

■ организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в

- помещении, так и на открытом воздухе),
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.
- организовывать подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении
- соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма); ·

*Обучающийся получит возможность научиться:*

- взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности;
- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья;
- планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности;
- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах;
- осваивать технику разных упражнений и выбирать индивидуальный темп выполнения;
- различать строевые команды;
- -взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.

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

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависят от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих **форм деятельности:**

- викторины;
- конкурсы;
- ролевые игры;
- выполнение заданий соревновательного характера;
- оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);
- результативность участия в конкурсных программах и др.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### Подвижные игры народов России

1 класс – 33 часа

№ п/п	Тема занятия	Количес тво часов
1	Знакомство с курсом. Введение понятий: «игра», «правила игры».	1
2	Знакомство с игрой « Жмурки» и ее историей. Отработка игровых действий детей в игре «Жмурки»	1
3	Самостоятельная игра «Жмурки»	1
4	Знакомство с чувашской игрой «Тӓрналла»	1
5	Отработка конкретных игровых действий детей в чувашской игре «Тӓрналла»	1
6	Самостоятельная игра чувашской игры «Тӓрналла»	1

7	Знакомство с чувашской игрой «Мулкачсем» и ее историей	1
8	Отработка конкретных игровых действий детей в чувашской игре «Мулкачсем»	1
9	Самостоятельная игра чувашской игры «Мулкачсем»	1
10	Знакомство с правилами игры «Пулăспа пулăсем». С чего начинается игра?	1
11	Отработка навыков действий детей .	1
12	Самостоятельная игра «Пулăспа пулăсем»	1
13	Разучивание игры «Колобок»	1
14	Отработка поисковых игровых действий детей в игре «Колобок»	1
15	Самостоятельная игра «Колобок»	1
16	Знакомство с правилами игры «Не урони мячик»	1
17	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Не урони мячик»	1
18	Самостоятельная игра «Не урони мячик»	1
19	Знакомство с правилами игры«Гусеницы». Почему играют в эту игру командой?	1
20	Отработка конкретных игровых действий детей в игре«Гусеницы».	1
21	Самостоятельная игра «Гусеницы».	1
22	Знакомство с правилами бурятской игры «Рукавицу гнать». Много игроков - игра веселее.	1
23	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Рукавицу гнать»	1
24	Самостоятельная игра «Рукавицу гнать»	1
25	Знакомство с правилами игры «Гуси-лебеди»	1
26	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Гуси-лебеди»	1
27	Самостоятельная игра «Гуси-лебеди»	1
28	Знакомство с историей создания и правилами игры «Попади в мяч»	1
29	Выбор капитанов и разучивание игры.	1
30	Самостоятельная игра «Попади в мяч»	1
31	Соревнования по классам.	1
32	Соревнования между классами.	1
33	Викторина по разученным играм.	1
34	«Праздник игры»	1

**Подвижные игры народов России  
2 класс – 34 часа**

№ п/п	Тема занятия	Количес тво часов
1	Вводное занятие. Значение игр для развития организма. Знакомство с правилами игры.	1
2	Знакомство с игрой « Соревнование скороходов» и ее историей. Отработка игровых действий детей в игре.	1
3	Самостоятельная игра «Соревнование скороходов»	1
4	Знакомство с чувашской игрой «Тутăр пăрахмалла»	1
5	Отработка конкретных игровых действий детей в чувашской игре «Тутăр пăрахмалла»	1
6	Самостоятельная игра чувашской игры «Тутăр пăрахмалла»	1
7	Знакомство с игрой «Горелки» и ее историей	1

8	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Горелки»	1
9	Самостоятельная игра «Горелки»	1
10	Знакомство с правилами марийской игры «Бой петухов»	1
11	Отработка навыков действий детей в игре «Бой петухов» .	1
12	Самостоятельная игра «Бой петухов»	1
13	Разучивание игры «Охотники»	1
14	Отработка поисковых игровых действий детей в игре «Охотники»	1
15	Самостоятельная игра «Охотники»	1
16	Знакомство с правилами игры «Защита крепости»	1
17	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Защита крепости»	1
18	Самостоятельная игра «Защита крепости»	1
19	Знакомство с правилами чувашской игры «Каш кáшман».	1
20	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Каш кáшман».	1
21	Самостоятельная игра «Каш кáшман».	1
22	Знакомство с правилами бурятской игры «Почта»	1
23	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Почта»	1
24	Самостоятельная игра «Почта»	1
25	Знакомство с правилами игры «У медведя во бору»	1
26	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «У медведя во бору»	1
27	Самостоятельная игра «У медведя во бору»	1
28	Знакомство с историей создания и правилами игры «Мяч в воздухе»	1
29	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Мяч в воздухе»	1
30	Самостоятельная игра «Мяч в воздухе»	1
31	Соревнования между классами.	1
32	Соревнования между классами.	1
33	Викторина по разученным играм.	1
34	«Праздник игры»	1

**Подвижные игры народов России  
3 класс – 34 часа**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Количество часов</b>
1	Вводное занятие. Значение игр для развития организма. Знакомство с правилами игры.	1
2	Знакомство с игрой «Совушка» . Отработка игровых действий детей в игре .	1
3	Самостоятельная игра «Совушка»	1
4	Знакомство с игрой «Ловушка»	1
5	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Ловушка»	1
6	Самостоятельная игра «Ловушка»	1
7	Знакомство с игрой «Царь горы» и ее историей	1
8	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Царь горы»	1
9	Самостоятельная игра «Царь горы»	1
10	Знакомство с правилами чувашской игры «Хищник в море»	1
11	Отработка навыков действий детей в игре «Хищник в море»	1
12	Самостоятельная игра «Хищник в море»	1
13	Разучивание игры «12 палочек»	1
14	Отработка поисковых игровых действий детей в игре «12 палочек»	1

15	Самостоятельная игра «12 палочек»	1
16	Знакомство с правилами игры «Картошка»	1
17	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Картошка»	1
18	Самостоятельная игра «Картошка»	1
19	Знакомство с правилами игры «Петушки».	1
20	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Петушки».	1
21	Самостоятельная игра «Петушки».	1
22	Знакомство с правилами чувашской игры «Перетягивание»	1
23	Отработка конкретных игровых действий детей в чувашской игре «Перетягивание»	1
24	Самостоятельная игра «Перетягивание»	1
25	Знакомство с правилами игры «Хурчкапа чӑх»	1
26	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Хурчкапа чӑх»	1
27	Самостоятельная игра «Хурчкапа чӑх»	1
28	Знакомство с историей создания и правилами игры «Охотник и сторож»	1
29	Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Охотник и сторож»	1
30	Самостоятельная игра «Охотник и сторож»	1
31	Соревнования между классами.	1
32	Соревнования между классами.	1
33	Викторина по разученным играм.	1
34	«Праздник игры»	1

**Подвижные игры народов России  
4 класс – 34 часа**

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Количество часов</b>
1.	Беседа «Техника безопасности на спортивной площадке во время проведения подвижных игр». Игра с бегом “Золотые ворота”	1
2.	Общеразвивающие упражнения. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Беседа «Кого мы можем считать здоровым человеком». <b>Чувашская</b> игра с бегом «Сӑкӑр пӗсӑрмелле»	1
3.	Комплекс упражнений утренней гимнастики. Беседа «Зачем делать зарядку?». Игра с мячом «Горячая картошка»	1
4.	Упражнения для укрепления осанки. Беседа «Красивая осанка и здоровье человека». Игра с бегом “Воробушки и Кот”	1
5.	Игра с бегом “Носильщики”, игра с мячом «Блуждающий мяч»	1
6.	<b>Чувашская народная игра</b> «Куҫ хупмалла» и «Кушакпа шӑши»	1
7.	Русская народная игра «Горелки» и «Охотники и зайцы»	1
8.	Русская народная игра «Пятнашки», и «Салки»	1
9.	<b>Чувашская народная игра</b> «Сукӑр такалла» и «Ловушки с приседаниями»	1
10.	Русская народная игра «Волк» и «Птицелов»	1
11.	Беседа «Техника безопасности на спортивной площадке во время проведения подвижных игр». Игра с бегом “Гуси”. <b>Чувашская народная игра</b> «Пулӑлла»	1
12.	<b>Чувашская игра</b> «Тутӑр пӑрахмалла» народные игра «Выбей из круга».	1
13.	<b>Чувашская игра</b> «Ятне пӗл». Марийская народная игра «Катание мяча». Татарская народная игра «Серый волк»	1
14.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки». Игра с бегом “Гуси”.	1

15.	Игра с прыжками «Кенгуру». Игры с мячом «Горячая картошка». Игры на меткость «Вышибалы», «Подвижная цель»	1
16.	Зимние игры: «Палка-снег», «Снежный тир», «Бобслей на снегу»	1
17.	Беседа «Техника безопасности на спортивной площадке во время проведения подвижных игр в зимний период». Игра «Снежный тир». Игра на меткость «Мишень»	1
18.	Игра с бегом «С кочки на кочку» и «Чужая палочка»	1
19.	<b>Чувашская игра с бегом «Лашасем»</b>	1
20.	Игра «Нас не слышно и не видно»	1
21.	Игра с бегом «Третий лишний», «Плетень»	1
22.	<b>Чувашская игра с бегом «Ал татмалла» и «Пулӑлла»</b>	1
23.	Игра «Цепи кованы», «Мяч по кругу»	1
24.	<b>Чувашская игра на меткость «Кам ытларах тӑл перет»</b>	1
25.	Эстафета со скакалкой, с мячом и с обручем	1
26.	Игра «Без пары» и «Веревочка»	1
27.	Беседа «Техника безопасности на спортивной площадке во время проведения подвижных игр». Игра с бегом «Лапта». Игра на меткость «Вышибалы».	1
28.	Эстафета «Полоса препятствий». Игра с бегом «Птицелов»	1
29.	<b>Чувашская игра с бегом «Куҫ хупмалла».</b> Игра с прыжками «Кенгуру».	1
30.	Игры «Вышибалы», «Подвижная цель».	1
31.	Эстафета «Быстрые и ловкие», «Вызов номеров»	1
32.	Русская народная игра «Охотники и зайцы», «Салки» и «Пятнашки»	1
33.	Игра с бегом «Наперегонки парами» и «Ловушки-перебежки»	1
34.	Соревнования «Весёлые старты»	
	<b>Всего:</b>	<b>34</b>

Описание игр.

Ходьба и бег	<i>Салки в два круга</i>
	<p>Участники игры образуют два круга: один — внутренний, другой — внешний. Оба круга двигаются в противоположных направлениях. По сигналу руководителя они останавливаются, и все игроки внутреннего круга стараются осалить игроков внешнего круга (т. е. дотронуться до кого-либо рукой) раньше, чем они успеют присесть. Пойманные встают во внутренний круг, и игра начинается сначала. Игра заканчивается, когда во внешнем круге останется мало игроков (5—6 человек).</p> <p><b><i>Рыбачок и рыбки</i></b>          На полу или на площадке чертится большой круг. Один из играющих - рыбачок - находится в центре круга, он приседает на корточки. Остальные играющие - рыбки, обступив круг, хором говорят: «Рыбачок, рыбачок, поймай нас на крючок». На последнем слове рыбачок вскакивает, выбегает, из круга и начинает гоняться за рыбками, которые разбегаются по всей площадке. Пойманный становится рыбачком и идет в центр круга.</p> <p><b><u>Гуси-лебеди</u></b>          На игровой площадке чертятся две линии на расстоянии 15—25 м (в зависимости от возраста играющих). Из числа играющих выбирается «волк» (реже — два), который стоит между линиями. За одной линией находятся остальные участники — «гуси», а за другой — учитель.          Учитель обращается к гусям: «Гуси-гуси!»          Гуси отвечают:          — <i>Га-га-га!</i> — <i>Есть хотите?</i>          — <i>Да, да, да!</i> — <i>Ну летите!</i>          — <i>Нам нельзя! Серый волк под горой, не пускает нас домой!</i>          — <i>Ну летите, злого волка берегитесь!</i>          После этих слов гуси спешат домой от одной линии к другой, а выбежавший волк (волки) старается поймать («запятнать») как можно больше гусей. Пойманных гусей волк отводит в свое логово.          После двух-трех таких «перелетов» выбирается новый волк, а пойманные гуси возвращаются в игру, которая начинается сначала.</p>
Прыжки	<p><b><i>«Търналла» (чувакская народная игра)</i></b>          Число игроков не ограничено. До начала игры дети чертят на земле круг. Игроки должны прыгать друг за другом по кругу на одной ноге. Нельзя сходить с линии. За этим строго следит судья, стоящий в середине круга. Уставших игроков и сошедших с линии он исключает из игры. Тот кто продержался в игре дольше всех – самый сильный и выносливый – становится судьёй.          Игрок, чья нога сходит с линии круга, выходит из игры.</p>
	<p style="text-align: center;"><b><i>«Попади в мяч»</i></b></p> <p>Играющие делятся на две команды и становятся в шеренги, лицом друг к другу. Расстояние между шеренгами 8-10 м. Посередине табуретки лежит волейбольный мяч. У каждого из игроков по малому мячу. По сигналу учителя игроки одной команды выполняют броски, стараясь сбить волейбольный мяч. Если кому-нибудь удастся сбить мяч, то команде засчитывается 1 очко. Затем начинает броски другая команда. Выигрывает команда, набравшая больше очков.</p>
Упражнения с большими	<p><b><i>Колобок</i></b>          Дети, присев на корточки, размешаются по кругу. В центре круга находится водящий - «лиса». Играющие перекачивают мяч - «колобок» друг другу так, чтобы</p>

мячами он уходил от «лисы». Водящего сменяет тот игрок, который прикатит колобок так, что «лиса» сможет его поймать.

Упражнение «**Не урони мячик**»  
с На линии старта каждый участник игры получает две палочки. Затем играющие

---

малыми мячами	становятся парами и палочками зажимают мяч, чтобы он не упал. Каждая пара должна пробежать быстрее своих соперников, не уронив мячик. Если же мячик упал, надо остановиться, поднять его, положить на палочки и снова бежать. Дистанция бега 15-20 м.
Упражнения для рук, ног и туловища	<p><b>«Рукавицу гнать» (бурятская народная игра)</b>  Выбирают водящего и садятся вокруг него тесным кругом или напротив ведущего на лавке, но тоже так тесно, чтобы не было зазоров между сидящими. Руки все игроки держат за спиной. У одного из игроков в руках рукавица. Он начинает громко нараспев приговаривать: «Рукавицу гони!», одновременно передавая рукавицу своему соседу. Тот, в свою очередь, громко подхватывает песню и как можно быстрее передает рукавицу дальше. Водящий указывает на игрока, который должен показать свои руки. Если в них рукавица, то проигравший становится водящим, если — нет, то игра продолжается.</p> <p>Правила:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поет только тот, у кого рукавица.</li> <li>2. Нельзя пытаться задержать у себя рукавицу, надо быстро передавать ее следующему игроку, который тут же начинает петь. Так создается эффект «какофонии», когда несколько игроков поют одновременно, с небольшой задержкой по времени.</li> <li>3. Если водящий правильно указал игрока, у которого рукавица, тот не имеет права передавать ее дальше, а должен показать водящему и занять его место.</li> </ol> <p><b>Гусеницы</b>  На игровой площадке перед началом игры проводят две параллельные линии на расстоянии 6—10 м (в зависимости от возраста и возможностей играющих детей). Это линии «старта» и «финиша».</p> <p>В зависимости от числа участников, все играющие дети делятся на 2—3 команды с равным количеством игроков.</p> <p>По команде воспитателя, команды подходят к линии старта и строятся в колонну друг за другом с дистанцией между колоннами 1,5—2 м. Каждый играющий сгибает ногу в колене. Стоящий за ним ребенок одну руку кладет на плечо стоящего впереди, а другой рукой держит его согнутую ногу. У последнего игрока нога просто согнута в колене. Таким образом образуется команда-цепочка. По сигналу воспитателя каждая из команд-цепочек начинает движение вперед, передвигаясь прыжками на одной ноге.</p> <p>Побеждает та команда, которая быстрее преодолеет расстояние между линиями и пересечет линию «финиша».</p>

## 2 класс

Ходьба и бег	<p><b>Соревнование скороходов</b>  На земле проводят линию, за которой становятся все играющие. В 40 м от нее проводят вторую линию. По сигналу руководителя все начинают шагать, стараясь как можно быстрее дойти до финиша. Надо следить за тем, чтобы шаг ни у кого не переходил в бег или прыжки. Побеждает тот, кто, не нарушая правил, дойдет до финиша первым.</p> <p><b>«Шапка канатоходца» (игра народов Дагестана)</b>  История этой игры восходит к древним обычаям горских народов, для которых одним из основных умений было умение удержать равновесие на крутых горных тропах. Первоначально в игру играли так: располагали два крупных камня высотой до 50 см на расстоянии 3—5 шагов друг от друга и сверху на них клали шест. Игрок должен был перенести шапки всех участников по очереди от одного камня к другому, ни разу не оступившись и не уронив ни одну шапку. Для игры можно использовать гимнастическую скамейку, по которой должны будут ходить дети в ходе игры. В этой игре дети могут просто потренироваться переносить в одной руке предметы (например, свои панамки), переходя из одного конца скамейки в другой и возвращаясь обратно.</p> <p>Правила:</p>
--------------	---

	<p>1. Игрок обязан быстро перенести все шапки, сложенные у основания скамейки, с одной стороны на другую.</p> <p>2. Нельзя за один раз переносить больше одной шапки.</p> <p>3. Свою шапку игрок переносит последней.</p> <p>4. Если игрок устал, он может передохнуть, остановившись на одном краю скамейки, но он не должен спускаться на землю и даже касаться земли ногой.</p> <p><b>У медведя во бору</b>  Все играющие стоят, свободно группируясь на одной стороне площадки, на противоположной стороне проводится линия — опушка леса. За линией, в двух-трех шагах от нее, находится берлога медведя.</p> <p>Играющие подходят к медвежьей берлоге и начинают делать движения, имитирующие сбор ягод, грибов, и в то же время все вместе приговаривают:  У медведя во бору  Грибы, ягоды беру,  А медведь сидит  И на нас рычит.</p> <p>Когда дети произнесут последнее слово — «рычит», медведь с рычанием выскакивает из берлоги и старается кого-нибудь поймать. Пойманного он отводит в берлогу. Игра кончается, когда будут пойманы трое-пятеро.</p> <p><b>Горелки</b>  Участники игры становятся парами в затылок друг Другу. Впереди всех пар встает водящий, он громко говорит:  Гори, гори ясно,  Чтобы не погасло.  Глянь на небо:  Птички летят,  Колокольчики звенят.  Раз, два, три, Последняя пара, беги!</p> <p>После последнего слова «беги» играющие последней пары бегут вперед (каждый со своей стороны) до условного места, а водящий старается задержать одного из бегущих прикосновением руки до момента, когда игроки встретятся. Тот, кого задержали, встает рядом с водящим впереди первой пары, а второй становится водящим.</p>
Прыжки	<p><b>«Бой петухов» (марийская народная игра)</b>  Все игроки должныделиться на пары так, чтобы дети одного возраста и примерно равные по силам оказались друг напротив друга. Затем команды выстраиваются в две шеренги, одна напротив другой, так, чтобы каждый ребенок оказался напротив своего соперника. Дети становятся на одну ногу; другую ногу, согнутую в колене, держат за спиной обеими руками. По команде все дети начинают прыгать на одной ноге по направлению к своим соперникам, выставив вперед плечо. Сблизившись, противники толкают друг друга плечом, отскакивают и снова с разбега сталкиваются. Если во время петушиного боя игрок потеряет равновесие и встанет на обе ноги или обопрется на руку, чтобы не упасть, то он считается проигравшим, и пара выходит из игры. Когда все пары закончат состязаться, подсчитывается, сколько игроков из каждой команды стали победителями в бою петухов. Так определяется команда-победительница.</p> <p>Правила:  1, Толкаться можно только плечом в плечо, другие удары запрещены.  2. Можно толкать только своего соперника по паре.</p>
Метание	<p><b>Охотники</b> Играющие разбегаются по площадке. Три охотника стоят в разных местах, имея по маленькому мячу. По сигналу руководителя: «Стой!» - все играющие останавливаются, и охотники с места целятся мячом в кого-либо из них. «Убитые» заменяют охотников. Играющие имеют право увертываться от мяча, но не должны сходить с места. Если игрок после команды «Стой!» сошел с места, он заменяет</p>

	охотника.
Упражнение с большими мячами	<p><b>Мяч в воздухе</b></p> <p>Играющие образуют круг, становятся на расстоянии вытянутых в стороны рук, водящий находится в середине круга. Стоящие в кругу начинают перебрасывать друг другу мяч, не давая возможности водящему коснуться его. Водящий, бегая в середине круга, стремится дотронуться до мяча, когда тот находится в воздухе, на земле или в руках у кого-либо из играющих. Если ему это удалось, на его место идет играющий, после броска которого мяч был осален.</p> <p><b>Защита крепости</b></p> <p>На земле чертят большой круг. Все играющие становятся за линией круга, лицом к центру. Лишь один водящий остается в круге. В середине круга ставятся пять булавы или кеглей. Это крепость, которую водящий должен защищать.</p> <p>Для игры нужен волейбольный мяч. Играющие, перебрасывая мяч между собой, стараются уловить удобный момент, когда защитник крепости зазеваается, и ударом мяча сбить булавы.</p> <p>Защитник имеет право отбивать мяч любым способом. Тот, кому удастся разрушить крепость, становится новым защитником.</p> <p>Крепость может быть также сделана в виде треножника из связанных в верхней части палок. На треножник кладется мяч.</p>
Упражнение для рук, ног туловища	<p><b>«Биляша» (марийская народная игра)</b></p> <p>Игроки делятся на две команды, которые выстраиваются одна напротив другой вдоль параллельных линий, нарисованных на расстоянии нескольких метров друг от друга. Если игра проводится в зале, то для обозначения границ двух линий можно использовать противоположные стороны ковра или широкой ковровой дорожки. По жребию решается, какая команда начинает игру. Один из игроков этой команды с криком: «Биляша!», направляется к шеренге противников. Дети из другой команды ждут его приближения, каждый ребенок вытягивает вперед свою правую руку. Водящий хватается за руку любого игрока и пытается перетянуть его на сторону своей команды, а тот упирается изо всех сил.</p> <p>Если водящему удалось перетянуть игрока из другой команды за линию своей команды, то он берет его в плен и ставит позади себя.</p> <p>Теперь игрок из другой команды может попробовать свои силы. Если он сумеет перетянуть на свою сторону игрока, за чьей спиной стоит пленник, то это будет двойная победа: он освободит члена своей команды и захватит противника. Игра продолжается, пока одна из команд не захватит определенное количество пленников или всю команду противников.</p> <p>Правила:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя прятать руки за спину, таким образом, сопротивляясь захвату.</li> <li>2. Тянуть к себе игрока можно любой рукой, но только _ не двумя руками сразу.</li> <li>3. Игроки могут поддерживать сопротивляющегося члена своей команды только возгласами или скандированием.</li> <li>4. Пленником считается игрок, переступивший за черту другой команды обеими руками.</li> </ol> <p><b>«Почта» (русская народная игра)</b></p> <p>Перед началом игры каждый ребенок громко называет известный населенный пункт по своему выбору (обычно дети называют крупные города, но могут использовать и названия местных населенных пунктов, которые также хорошо известны всем игрокам).</p> <p>Начинает игру любой ребенок, изображающий, как звенит колокольчик.</p> <p>Его спрашивают: «Кто едет?» — «Почта!» — «Откуда и куда?» — «Из Москвы во Владивосток» (ребенок может называть только тот город, который он сам выбрал в начале игры (Москву) и города, которые выбрали другие игроки).</p> <p>Теперь ребенок, который назвал «Владивосток» при выборе города, задает вопрос приехавшему из Москвы: «А что делают в Москве?» — «Ездят на метро». После этих слов все игроки, кроме приехавшего из Москвы, начинают изображать, как ездят на</p>

	<p>метро. Тот игрок, который не сумел показать, как ездят на метро, отдает фант, и игра продолжается. Теперь ребенок, назвавший Владивосток, везет почту дальше («динь-динь-динь»), в любой другой город и отвечает на вопрос ее получателя: «Что делают во Владивостоке?»</p> <p>Правила:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Если «почтальон» перепутал: отправил почту в город, который никто из участников игры себе не выбрал, или просто искажил название города, то он тоже платит «фант».</li> <li>2. Занятия, которыми занимаются жители города, должны соответствовать реальности. Например, если в городе есть река, то можно кататься по ней на лодке, ловить рыбу и т.д.</li> <li>3. Если игрок, представляющий город, не может ничего придумать оригинального, то он может сказать, что в Воронеже «танцуют». Тогда все игроки будут изображать танцы.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>Гуси – лебеди</b></p> <p>Для игры нужны четыре-шесть гимнастических скамеек и два-четыре гимнастических мата. На одной стороне зала проводится черта. Она отделяет гусятник, куда становятся все играющие, кроме двух, которые отходят в сторону. Это волки. Посередине зала ставят четыре скамейки, образуя коридор (дорога между гор), а на другом конце зала кладут маты. Это – гора. За ней логово волков.</p> <p>Руководитель произносит: «Гуси – лебеди, в поле!» гуси проходят по горной дороге в поле (место между матами и скамейкой), где и гуляют. Затем руководитель говорит: «Гуси – лебеди, домой, волк за дальней горой!» гуси бегут сначала к концам скамеек, пробегают по горной дороге (между скамейками), а затем разбегаются в разные стороны, стараясь быстрее оказаться в гусятнике. Из-за дальней горы выбегают волки и догоняют гусей. Осаленные останавливаются.</p> <p>Волки преследуют гусей до гусятника, затем возвращаются в логово.</p> <p>Пойманные подсчитываются и возвращаются в свое стадо гусей. Выбираются новые волки и игра повторяется. Отмечаются ни разу не пойманные игроки и волки, сумевшие поймать больше гусей.</p> <p>Правила разрешают ловить гусей только после слов «за дальней горой» и преследовать только до гусятника. Нельзя прыгать через скамейки.</p>
--	---

### 3 класс

<p>Ходьба и бег</p>	<p><b>Совушка</b></p> <p>Выбирают водящего - "совушку", остальные дети изображают птичек. Птички свободно бегают по площадке, размахивая руками, как крыльями. "Совушка" сидит в дупле (обозначенное на площадке место). Когда руководитель произнесет слово "Ночь", совушка вылетает из дупла и бегают по площадке, зорко следя за птичками. Птички по сигналу "Ночь" должны остановиться на месте и не двигаться. Кто пошевелится, того "совушка" уводит в свой дом, и сама снова выбегает на площадку. Когда руководитель скажет "День", "совушка" прячется в дупло, а птички, кроме уведенных совушкой, начинают летать. Игра прерывается, когда совушка уведет к себе 3-х птичек. Тогда выбирают новую совушку и игра возобновляется.</p> <p><b>Ловушка</b></p> <p>Все играющие встают в три круга, взявшись за руки. Крайние идут вправо, средний круг идет влево, хлопая в ладоши. Поют песню. По сигналу (хлопок, свисток) игроки крайних кругов подают друг другу руки, стараясь захватить в капкан среднего. Захваченный встает в один из крайних кругов.</p> <p><b>Охотник и сторож</b></p> <p>Из числа играющих выбираются охотник и сторож. Сторож становится посередине площадки. Возле него чертят круг диаметром в 2 м. Остальные играющие (звери) разбегаются по площадке в разных направлениях. Охотник гонится за ними, стараясь кого-либо запятнать. Пойманные отводятся в круг под охрану сторожа. Их</p>
---------------------	--

можно выручать. Для этого достаточно ударить стоящего в кругу по вытянутой им руке (переходить за линию круга пойманные не могут). Но если сторож или охотник запятнают выручающего, он сам отправляется в круг.

Вырученные звери убегают и присоединяются к остальным. Игра прекращается по усмотрению руководителя.

#### **«Хищник в море» (чувашская народная игра)**

Для этой игры надо закрепить в центре поля или площадки колышек (столбик). На этот колышек надевается сверху веревка, которая закрепляется на высоте 20—30 см от поверхности земли с помощью незатягивающейся петли. За другой конец веревки берется водящий. Он прижимает этот конец веревки к своему бедру и бежит по кругу.

Образованный с помощью веревки круг — это «море», а веревка — это «хищник». Остальные дети — «рыбки», которые стремятся убежать от «хищника» — веревки, перепрыгнув ее.

«Водящий» может закручивать веревку то по часовой стрелке, то против, то убыстрять, то замедлять свой бег, а «рыбки», задев «хищника» (веревку), выбывают из игры. Игру следует продолжать, пока в море не останется всего 2—3 «рыбки». Затем можно выбрать нового водящего и продолжать игру. Правила:

1. Нельзя поднимать веревку выше уровня бедра, потому что это сделает игру опасной.

2. «Рыбки», выскочившие за пределы «моря», считаются проигравшими.

#### **«Царь горы» (русская народная игра)**

Эта игра может проводиться там, где есть кругая невысокая горка. Лучше всего организовать игру зимой, когда и снега много, и падать с такой горки не опасно. Наперегонки дети бросаются к снежной горке, и тот, кто заберется на нее первым, гордо выкрикивает: «Я — царь горы!». Но не тут-то было! Остальные дети стараются тоже забраться на горку и, выпихнув с нее «царя горы», каждый хочет оказаться на заветном пяточке. Шутливая борьба продолжается! Правила:

1. Количество игроков не должно превышать 10—12 детей одновременно, остальные дети могут просто «болеть» за победителя, поддерживая его аплодисментами и скандированием.

2. Нельзя бороться по-настоящему, можно только весело толкаться и отпихиваться.

**12 палочек** Инвентарь: 12 недлинных палочек (размером с авторучку), и дощечка-качели, для их подбрасывания

Место проведения:	открытая	площадка,	двор
Минимальное количество	с	игроков:	4
Вид:	с	водящим	
Развивает:	быстроту,	ловкость	

Дощечку кладут на небольшое бревнышко, чтобы получилось подобие качелей. Все играющие собираются около этих качелей. На нижний конец кладут 12 палочек, а по верхнему один из играющих ударяет так, чтобы все палочки разлетелись. Водящий собирает палочки, а играющие в это время убегают и прячутся. Когда палочки собраны и уложены на дощечку, водящий отправляется искать спрятавшихся.

Найденный игрок выбывает из игры. Водящий подбирает и укладывает палочки обратно на качели строго по одной. Любой из спрятавшихся игроков может незаметно для водящего подкрасться к качелям и вновь разбить палочки. При этом, ударяя по дощечке, он должен выкрикнуть имя водящего. Водящий вновь собирает палочки, а все играющие снова прячутся.

Игра заканчивается, когда все спрятавшиеся игроки найдены и при этом водящий сумел сохранить свои палочки. Последний найденный игрок становится водящим.

Прыжки	<p><b>Подскоки</b> Ведущий стоит в кругу, а остальные за пределами круга. Они то впрыгивают в круг, то выпрыгивают из него. Ведущий может ловить только тех, кто в кругу, коснувшись их рукой.</p> <p><b>Петушки</b> Играющие (по одному от каждой команды) входят в круг диаметром 3 метра и принимают исходное для боя положение, присев на двух ногах или стоя на одной (правая рука держит левую ногу, а левая рука согнута впереди и прижата к туловищу или наоборот). Задача: вытолкнуть противника из круга.</p>
Упражнения с большими мячами	<p><b>Картошка</b> Инвентарь: мяч. Место проведения: спортзал, открытая площадка. Минимальное количество игроков: 6-8. Вид: с водящим. Развивает: общефизический эффект, тактические навыки. Играют волейбольным мячом. Количество играющих от 5 человек. Ведущий ("картошка") садится на корточки, остальные игроки располагаются вокруг него и перебрасываются мячом, так же, как при игре в волейбол. Уронивший мяч присоединяется к <i>картошке</i> – <i>картошка</i> <i>растет</i>. Игроки могут не только перебрасываться мячом, но и глушить <i>картошку</i>, то есть с силой ударять ладонью по мячу, стараясь попасть в сидящих. Если игрок промахивается, то присоединяется к <i>картошке</i>. Сидящие игроки имеют право выпрыгивать с корточек, пытаясь поймать пролетающий мяч. Если это удастся, поймавший меняется местами с тем, чью передачу он перехватил. В упрощенном варианте стоящие игроки могут отбивать мяч не сразу, а его разрешается предварительно ловить, и потом кидать партнеру. Чаще всего игровая площадка имела разумное ограничение по размерам и покидать ее пределы игрокам воспрещалось. Иногда целью игры было достижение "домика", который располагался на другом конце площадки. Игрока, укрывшегося в "домике" нельзя было осаливать.</p>
Перетягивания	<p><b>«Перетягивание» (осетинская народная игра)</b> Для проведения этой игры надо крепко связать концы веревки длиной 2—2,5 м и, начертив на земле круг радиусом 2 м, разделить его линией на две равные половинки. Дети из пары, которая будет меряться силами, становятся спиной друг к другу, по разные стороны линии, на одинаковом от нее расстоянии. Каждый участник «впрягается» в веревку, завязанную в кольцо, со своей стороны. Он пропускает веревку под мышками и слегка натягивает ее. Остальные дети внимательно следят, чтобы, заняв исходную позицию, оба участника были на одинаковом расстоянии от разделительной линии. По условленному сигналу соперники тянут веревку, каждый в свою сторону. Победителем считается ребенок, который перетянул соперника на свою сторону круга, а затем и вообще вытащил его за пределы круга. Правила: 1. Нельзя тянуть соперника в сторону, игроки должны «перетягивать» друг друга только в направлении «вперед». 2. Перетягивание осуществляется всем корпусом, но нельзя при этом опираться руками о землю. Проигравшим считается игрок, заступивший за линию круга обеими ногами.</p>
Упражнения для рук, ног и туловища	<p><b>Коршун и наседка</b> В игре участвуют 10—12 ребят. Один из играющих выбирается коршуном, другой — наседкой. Все остальные — цыплята, они становятся за наседкой, образуя колонну. Все держатся за друга, а стоящий впереди — за наседку. Коршун становится в трех-четыре шагах от колонны. По сигналу руководителя он старается схватить цыпленка, стоящего последним. Для этого ему нужно обогнуть</p>

	<p>колонну и пристроиться сзади. Но сделать это нелегко, так как наседка все время поворачивается лицом к нему и преграждает путь, вытянув в стороны руки, а вся колонна отклоняется в противоположную от него сторону.</p> <p>Игра продолжается несколько минут. Если за это время коршуна не удастся схватить цыпленка, выбирают нового коршуна, и игра повторяется.</p>
--	--

#### 4 класс

<p>Ходьба и бег</p>	<p><b>Шмель</b>  В игре могут принять участие от 10 до 20 человек. Играющие располагаются по кругу на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Мяч перекачивается внутри круга по земле. Играющие руками отбивают мяч от себя, стараясь осалить им другого. Мяч — это шмель. Если кто-либо не успеет отбить мяч и будет осален им (не выше колен), то считается ужаленным. Он поворачивается спиной к центру круга и в игре участия не принимает до тех пор, пока не будет осален следующий. Тогда первый ужаленный вновь вступает в игру, а второй поворачивается спиной к центру. Ловить мяч и отбивать его ногами нельзя.</p> <p><b>Падающая палка</b>  Встав в круг, несколько играющих рассчитываются по порядку номеров. Участник игры под номером 1 берет гимнастическую палку и выходит на середину круга. Поставив палку вертикально и накрыв ее ладонью сверху, он громко называет какой-либо номер, например 3, а сам отбегает на свое место. Тот, кто назван, выбегает вперед, стараясь подхватить падающую палку. Если он успевает это сделать, то участник игры под номером 1 снова берет палку и, поставив ее вертикально, называет какой-либо номер и т. д. Если же палка упала на землю, то водящим становится тот, кто не сумел ее подхватить. Игра длится 5 - 7 мин. Побеждает тот, кто меньше других был в роли ведущего.</p> <p><b>Беги и собирай</b>  Инвентарь: три флажка, достаточное количество листочков цветной бумаги трех расцветок. Например, красного, белого и синего цвета.  Место проведения: открытая площадка.  Минимальное количество игроков: 24.  Вид: командная.  Развивает: тактические навыки, ловкость, быстроту, чувство команды. Состязаются три команды не менее чем по 8-10 человек в каждой. Команды выстраиваются в колонны. Напротив них на расстоянии 50 м воткнуты три флажка. На пути к флажкам разбросаны бумажки разных цветов: белые, красные, синие. По знаку судьи стоящие первыми игроки бегут до флажков, обходят их и возвращаются в конец колонны. Во время бега можно стараться собирать бумажки. Вернувшийся первым получает 10 очков, вторым – 5 очков. Так же считаются собранные каждым бумажки. За каждую синюю начисляют 3 очка. За красную 2 и за белую 1 очко. Затем бегут игроки под вторым номером, затем под третьим и т.д. В конце игры очки всех игроков команды суммируются, и побеждает команда, набравшая большее их количество.</p> <p><b>Дедушка-рожок</b>  На игровой площадке проводят две линии на расстоянии 10—15 м. Между ними посередине в стороне чертится круг диаметром 1—1,5 м.  Из числа играющих выбирается водящий («пятнашка»), но его называют «дедушка-рожок». Он занимает свое место в круге. Остальные играющие делятся на две команды и становятся в своих домах за обеими линиями.  Водящий громко спрашивает: «Кто меня боится?»  Играющие дети отвечают ему хором: «Никто!»  Сразу после этих слов они перебегают из одного домика в другой через игровое поле, приговаривая:  «Дедушка-рожок,  Съешь с горохом пирожок!»</p>
---------------------	---

	<p><i>Дедушка-рожок, Съешь с горохом тирожок!»</i></p> <p>Водящий выбегает из своего домика и старается «запятнать» (дотронуться рукой) бегущих игроков. Тот, кого водящий «запятнает», уходит вместе с ним в его дом-круг.</p> <p><b>Тяни-толкай</b></p> <p>Дети разбиваются на пары. Каждая пара становится спиной друг к другу и сцепляется руками в локтях. В таком положении дети должны пробежать 20-30 метров до финиша и, не разворачиваясь, вернуться на старт, таким образом, каждый играющий в одну сторону бежит вперёд лицом, а в другую-спиной.</p>
Прыжки	<p><b><u>Спутанные кони</u></b></p> <p>На игровой площадке чертится линия. На расстоянии от нее (не более 20 м) устанавливаются флажки, стойки.</p> <p>Играющие делятся на три-четыре команды и выстраиваются за линией. По сигналу первые игроки команд начинают прыжки, оббегают флажки и возвращаются обратно бегом. Затем бегут вторые и т. д. Правила игры: выигрывает команда, закончившая эстафету первой; прыгать следует правильно, отталкиваясь обоими ногами одновременно, помогая руками.</p>
Упражнения с большими мячами	<p><b>Вышибалы</b></p> <p>Игровое поле (длиной ~8-10 метров очерчено с двух сторон линиями, за которыми стоят вышибалы (водящие), их задача - выбить мячом игроков с поля, мяч подается поочередно от одного вышибалы к другому, существует масса вариантов игроков.</p> <p>а) вышибалой становится "выбитый" или вновь прибывший игрок. б) играющие делятся на команды и выбитые игроки уходят с поля пока не будут выбиты все игроки команды, при этом из рук вышибалы может быть поймана "свечка", что означает либо возможность остаться в круге, либо возврат одного из выбитых игроков на поле.</p>
Упражнения для рук, ног и туловища	<p><b><u>День и ночь</u></b></p> <p>На игровой площадке на некотором расстоянии друг от друга проводятся две линии. У одной линии выстраиваются мальчики, у другой — девочки. Между ними находится ведущий. Команда мальчиков — «ночь», команда девочек — «день». По команде «Ночь!» мальчики ловят девочек, по команде «День!» девочки ловят мальчиков.</p> <p><b><u>Пятнашки</u></b></p> <p>На игровой площадке отмечаются границы (чертятся линии или ставятся флажки), за пределы которых выходить играющим детям нельзя. Из всех играющих детей выбирается один — «пятнашка». Он стоит в центре игровой площадки, а остальные дети разбегаются по площадке.</p> <p>По сигналу воспитателя: «Лови!..» (хлопок в ладоши, свисток и т. п.) начинается игра. Дети бегают по площадке, а «пятнашка» пытается догнать кого-нибудь и коснуться рукой («запятнать»). Тот ребенок, кого «запятнали», покидает пределы площадки. После того, как «пятнашка» сумеет «запятнать» 3—6 играющих детей, воспитатель может остановить игру и заменить его новым «пятнашкой».</p> <p><b>Вариант игры:</b> первый же ребенок, кого «пятнашка» сумел «запятнать», становится «пятнашкой», а «пятнашка» занимает его место.</p> <p>Категория: Игры на свежем воздухе и в <u>помещении</u></p> <p>Развивает: <u>координацию движений, ловкость, опорно-двигательный аппарат, способности бега, чувства спортивного соперничества</u></p> <p><b><u>Кошки- мышки</u></b></p> <p>У края игровой площадки проводится линия, за которой чертятся круги или кладутся обручи — «домики-норки мышей». На расстоянии 5—8 м от линии на пеньке или на стульчике садится «кот», а мыши устраиваются в своих «норках».</p> <p>Показывая начало игры, роль кота выполняет воспитатель, а затем выбирается «кот» из играющих детей. Когда все заняли свои места, воспитатель обращается к</p>

<p>детям-«мышкам»: «Кот спит!..» Можно использовать рифмовку:</p> <p><i>Кошка</i> <i>мышек</i> <i>сторожит,</i> <i>Притворилась, будто спит...</i></p> <p>После этих слов воспитателя «мышки» покидают свои «норки» и начинают бегать по игровому полю, близко подходят к «коту». Через некоторое время воспитатель говорит: «Кот просыпается!..»</p> <p>Можно использовать рифмовку:</p> <p><i>Тише,</i> <i>мышки,</i> <i>не</i> <i>шумите,</i> <i>Вы kota не разбудите!..</i></p> <p>После этих слов «кот» встает на четвереньки, потягивается, говорит: «Мяу!..» Это служит сигналом, что он начинает ловить мышей. Пойманных «мышей» кот отводит к своему месту, а игра начинается сначала, но уже без их участия.</p> <p>После того, как «кот» поймал 3—5 мышей, воспитатель назначает нового «кота», а пойманные «мыши» возвращаются в игру.</p>
--