

Управление образования ЕМР
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
"Елизовская средняя школа №3"

Составлено:
консультант
ОВР и ДО АЗМР
Иванова Л. С. *Л. С. Иванова*

09.09.2019г.



Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная
программа

Физкультурно-оздоровительной направленности

"Малыши-крепьши"

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Филатова Светлана Александровна,

учитель физической культуры

информация о дополнении и допуске Программы к реализации:

Учебный год	№ и дата приказа по МБОУ «ЕСШ№3»	Подпись замдиректора по ВР
2020-2021	Приказ № 4/1 от 04.09.20	<i>Л. С. Иванова</i>
2021-2022	Приказ № 124/16 от 31.08.21	<i>Л. С. Иванова</i>
2022-2023	Приказ № 2/3 от 02.09.22	<i>Л. С. Иванова</i>

г. Елизово, 2019 год.

І.Пояснительная записка

Здоровье — это первая и важнейшая потребность человека, которая определяет его способность к труду и обеспечивает гармоничное развитие личности. Эффективность творческой, спортивной, познавательной деятельности обусловлена уровнем здоровья человека, основы которого закладываются на ранних этапах индивидуального развития. Задача педагогов — создать условия для формирования у ребенка целостной системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни. Ребенка необходимо включать в такую деятельность, которая позволит активно применять полученные знания и умения для повышения качества своей жизни, а также развивать умения заботиться о своём здоровье и здоровье окружающих.

Один из основных видов деятельности первоклассника — это игра. Элемент сказки, таинственности, вымысла вызывает у ребенка интерес к игре, позволяет увлечь его игрой, побудить к поиску самостоятельных решений. Информация начинает тревожить мысль ребёнка, заставляет задуматься над проблемой и побуждает к действию, когда он усваивает ее в игровой деятельности. Постоянная смена видов деятельности позволяет чаще переключать его внимание, что способствует профилактике утомления. Применение подвижных игр с разнообразной направленностью восполнит дефицит двигательной активности школьника, разовьет интеллектуальный и творческий потенциал личности первоклассника и позволит включить его в здоровье-формирующую и здоровье-сохраняющую деятельность.

Цель программы — формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, в целостном развитии физических и психических качеств, в творческом использовании игровой деятельности в организации здорового образа жизни.

Реализация данной цели направлена на решение следующих задач:

- воспитывать ценностное позитивное отношение к своему здоровью, стремление к саморазвитию, взаимопониманию и сотрудничеству со сверстниками в процессе игры;
- развивать устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни;
- развивать интерес и потребность учащихся в самореализации посредством игровой деятельности;
- обучать учащихся способам закаливания, приёмам снятия психического и эмоционального напряжения, правилам рационального питания и применения лекарственных трав.

В основу отбора содержания программы внеурочной деятельности обучающихся были положены следующие принципы:

- **принцип природосообразности** подразумевает научное понимание взаимосвязи естественных и социальных процессов, согласование с общими законами развития природы и человека, воспитание ребенка сообразно полу и возрасту, а также формирует у него ответственность за развитие самого себя;
- **принцип культуросообразности** предполагает, что спортивно- оздоровительная деятельность школьников должна основываться на общечеловеческих ценностях физической культуры и строиться в соответствии с ценностями и нормами тех или иных национальных культур, специфическими особенностями, присущими спортивным и здоровьесберегающим традициям тех или иных регионов, не про-

- творечащими общечеловеческими ценностями. Реализация этого принципа в
- программе предусматривает введение школьников в различные пласты физической и спортивной культуры этноса;
 - **принцип коллективности** обосновывает формирование социального опыта ребенка через взаимодействие в коллективной спортивной деятельности;
 - **принцип диалогичности** предполагает, что духовно-ценностная ориентация детей и их развитие осуществляются в процессе взаимодействия педагога и учащихся, содержанием которого являются обмен ценностями здорового образа жизни и гуманистического понимания физической культуры. Диалогичность воспитания не предполагает равенства между педагогом и школьником. Диалогичность требует не столько равенства, сколько искренности общения, признания и принятия ребенка;
 - **принцип проективности** определяет последовательную **ориентацию** всей деятельности педагога на **подготовку и включение ребёнка** и самостоятельное проектное действие, **развёртываемое** в логике «замысел — реализация — рефлексия». В логике действия данного принципа в программе предусматривается подготовка спортивно- оздоровительного проекта;
 - **принцип поддержки самоопределения воспитанники** реализуется через приобретение школьниками **опыта самоопределения** в совместной со сверстниками и **взрослыми** практике спортивно-оздоровительной деятельности.

Особое внимание в отборе форм и видов деятельности с учащимися уделяется формированию детско-взрослого сообщества. Учащийся воспринимает каждое занятие как новую встречу с новым героем. Поэтому такие занятия носят название «встреча». Интерес у ребёнка вызывает всё: интеллектуальные задания, спортивные игры, новая информация, костюм героя. Каждый участник события — путешественник — имеет лист достижений, по которому самостоятельно может проследживать свои успехи и неудачи. Предусмотрена накопительная система оценок: денежной единицей страны —

«Крепышкино» является «гантелька», которую каждый ребёнок получает за активное участие в игровой деятельности.

Программа «Мальчиши -крепыши» представлена в форме увлекательного путешествия, встреча с каждым героем по пути в страну содержит познавательную информацию об укреплении и сохранении здоровья. Завершается встреча выполнением определённого задания, после чего команда путешественников приобретает символ — волшебный клубок, который помогает каждому ребёнку прийти в страну «Крепышкино».

Планируемый результат.

В нашей школе созданы все условия для реализации данной программы:

- имеются *кадровые ресурсы* (учитель физической культуры, педагог-психолог, библиотекарь). Уровень квалификации педагогических и иных работников соответствует задаче достижения планируемых результатов, организации эффективной внеурочной деятельности обучающихся. Участие каждого в реализации программы необходимо, так как программа предполагает включение ребёнка в различные виды деятельности, профессиональная организация которых невозможна без участия названных специалистов.
- *материально-техническая база*: мультимедийный проектор, интерактивная доска,

доступ к сети Интернет, спортивный инвентарь, раздаточный и демонстрационный материал, библиотека, спортивный зал, площадка для игр на открытом воздухе, специальное помещение для хранения инвентаря и оборудования, материалы для художественно - оформительских работ.

Данная программа ориентирована на формирование и развитие следующих видов **универсальных учебных действий (УУД)**:

Личностные УУД

- определять для себя смысл и значение игровой деятельности для повышения мотивации к здоровому образу жизни;
- понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;
- соотносить своё поведение с предъявляемыми в определенных действиях требованиями;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками *на* принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

Регулятивные УУД

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
- оценивать правильность выполнения игрового действия, способа, приема и решения интеллектуальных задач;
- контролировать режим и нагрузку по внешним признакам, самочувствию;
- оценивать качество и уровень освоения способов закаливания, приёмов снятия психического и эмоционального напряжения, правил рационального питания и применения лекарственных трав;
- проявлять волевые усилия для достижения поставленных целей.

Познавательные УУД

- находить информацию о здоровье и здоровом образе жизни, об истории Олимпийских игр античности;
- ориентироваться в разнообразии информации;
- выстраивать логическую цепь рассуждения на заданную тему;
- анализировать способы закаливания, приемы снятия психического и эмоционального напряжения, правила рационального питания и применения лекарственных трав;
- выбирать наиболее приемлемые для себя способы закаливания, приемы снятия психического и эмоционального напряжения, правила рационального питания и применения лекарственных трав;
- осваивать способы закаливания, приемы снятия психического и эмоционального напряжения, правила рационального питания и применения лекарственных трав;
- осваивать правила поведения и безопасности.

Коммуникативные УУД

- объединяться в группу сверстников, строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество;
- ориентироваться на позицию партнера в **общении** и взаимодействии в игровой деятельности;
- договариваться в ходе совместного выполнения работы, устанавливать контакты со сверстниками и с ребятами старшего возраста;
- контролировать свои действия и действия партнера;
- уметь задавать вопросы и отвечать на вопросы, строить монологическое высказывание.

Физкультурно-оздоровительная деятельность, направленная на формирование универсальных учебных действий, обеспечивает достижение воспитательных результатов *первого уровня* (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии спортом; о принятых в обществе нормах отношения к природе; о правилах конструктивной групповой работы, об основах разработки продуктов творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

Достижение воспитательных результатов *второго уровня* — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом. Школьники взаимодействуют между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищённой, дружественной социальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

При достижении воспитательных результатов первого и второго уровней внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности возрастает вероятность появления *эффектов* воспитания и социализации пятиклассников. *Первая группа эффектов* — осознание себя как субъекта социокультурного взаимодействия, личности и индивидуальности. *Вторая группа эффектов* — самореализация школьника в социальном взаимодействии.

Учащийся научится: понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья и физического развития, самостоятельно оценивать свою деятельность, осознанно использовать свои знания при планировании и соблюдении режима дня, выполнении упражнений и во время подвижных игр.

Учащийся получит возможность научиться: действовать по предложенному учителем плану в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, оценивать правильность выполнения действия, учитывать разные мнения, формулировать собственное мнение и позицию, договариваться с одноклассниками о правилах поведения и общения и следовать им, делать выводы в результате совместной работы.

I. Учебно-тематический план

№	Название раздела, тема	Количество часов		Формы аттестации/контроля
		всего	практика	
1	Ворота	1	1	игровой
2	Встречный бой	1	1	игровой
3	Вытолкни за круг	1	1	игровой
4	Кто дальше	1	1	игровой
5	Попрыгунчики	1	1	игровой
6	Воробушки и кот	1	1	игровой
7	Болото	1	1	игровой
8	Колдунчики	1	1	игровой
Игры с предметами				
9	Найди жгут	1	1	игровой
10	Скакалочка	1	1	игровой
11	Салки-выручалки	1	1	игровой
12	Альпинисты	1	1	игровой
Игры с метанием, передачей и ловлей мяча				
13	Охотники и утки	1	1	игровой
14	Сильный бросок	1	1	игровой
15	Мячик кверху	1	1	игровой
16	Свечки	1	1	игровой
Подвижные игры и эстафеты				
17	Прыжки по кочкам	1	1	игровой
18	« Кто быстрее встанет в круг	1	1	игровой
19	Прыгающие воробушки	1	1	игровой
20	Конники-спортсмены	1	1	игровой
21	Удочка	1	1	игровой
22	Салки с прыжками	1	1	игровой
23	К своим флажкам	1	1	игровой
24	Эстафеты	1	1	игровой
Эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий				
25	Найди жгут	1	1	игровой
26	Бег сороконожек	1	1	игровой
27	12 палочек	1	1	игровой
28	Два мороза	1	1	игровой
Эстафеты с баскетбольными мячами				
29	Метко в цель	1	1	игровой
30	Мяч соседу	1	1	игровой
31	Подвижная цель	1	1	игровой
32	Передал -садись	1	1	игровой
Хороводные игры				
33	Плетень», «Ручеёк»	1	1	игровой
Сюжетные игры				
34	Гуси-лебеди	1	1	игровой
35	Обыкновенные жмурки	1	1	игровой
36	Фанты	1	1	игровой

III. Содержание программы

Содержание	Формы организации	Характеристика основных видов деятельности учащихся
Раздел 1. Общеразвивающие игры (16 час.)		
<p>Игры на ориентирование в пространстве (8ч.): «Ворота», «Встречный бой», «Вытолкни за круг», «Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото», «Колдунчики»</p>	Коллективная игра	Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Осуществлять взаимный контроль, оценивать взаимное поведение при перемещении, оказывать взаимопомощь; Выбирать эффективные способы решения поставленных задач, контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, поиск новых форм для решения поставленных задач, уметь договариваться о распределении функций и ролей, задавать вопросы, уметь слушать собеседника.
<p>Игры с предметами (8ч.) Игры со скакалками: «Найди жгут», «Скакалочка», «Салки-выручалки», «Альпинисты». Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик сверху», «Свечки»</p>	Беседа, коллективная игра	Мотивация учебной деятельности, развитие эстетической потребности, уважительного отношения к иному мнению, ориентироваться в разнообразии способов задач, самостоятельно решать проблему; Уметь формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действие в соответствии с поставленной задачей, адекватно воспринимать предложение учителя, творчески подходить к решению поставленных задач.

Раздел 2. Подвижные игры и эстафеты (16 ч.)

<p>Подвижные игры (8ч.) «Прыжки по кочкам», « Кто быстрее встанет в круг», «Прыгающие воробушки», « Конники-спортсмены», «Удочка», « Салки с прыжками», «К своим флажкам», « Эстафеты»</p>	<p>Загадки, беседа, коллективная игра</p>	<p>Научатся выполнять правила игры, соблюдать правила безопасности, перемещаться в ограниченном пространстве, совершенствовать быстроту реакции, скоростные способности, выносливость.</p> <p>Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры.</p> <p>Умение планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия.</p> <p>Преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.</p> <p>Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Устанавливать цели. Концентрация воли для преодоления физических нагрузок, стабилизация эмоционального состояния.</p>
<p>Эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий (4ч.) «Найди жгут», «Бег сороконожек», «12 палочек», «Два мороза»</p>	<p>Познавательная беседа, коллективная, групповая игра</p>	<p>Контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, уметь договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено. Развивать уважительное отношение к иному мнению, стремиться к сотрудничеству, уметь составить план</p>

		самостоятельных действий.
<p>Эстафеты с баскетбольными мячами (4ч.)</p> <p>«Метко в цель», «Мяч соседу», «Подвижная цель», «Передал - садись»</p>	<p>Командные соревнования</p>	<p>Выбирать действие в соответствии с поставлено задачей, ориентироваться в разнообразии способов обучения, применять различные способы самоконтроля. Проявление активности для решения познавательных задач, умение использовать общие приемы, умение анализировать информацию, использовать сравнение и обобщение. Умение использовать общие приемы, анализировать информацию, использовать сравнение и обобщение, контролировать эмоциональное состояние.</p>

Раздел 3. Народные игры (4 ч.)

<p>Хороводные игры (1ч.)</p> <p>«Плетень», «Ручеёк»</p> <p>Сюжетные игры (3ч.)</p> <p>«Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки», «Фанты»</p>	<p>Беседа, викторина, коллективная игра, групповая игра</p>	<p>Получат представления об особенностях русских народных игр. Научатся выполнять правила игры, соблюдать правила безопасности, развивать двигательные и скоростные способности.</p> <p>Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>Оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых корректировок.</p> <p>Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и</p>
---	---	---

		доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
--	--	---

Список литературы

Литература для учителя

1. Аристова ТВ. Программа внеурочной деятельности «Учимся играя» для учащихся 5 класса. — Омск, 2010.
2. Афанасьев С., Каморин С. Триста творческих конкурсов. Вариант — методический центр, 2000.
3. Барбашев И.А., Борисевич И.И. Интеллектуальная игра «Путешествие в страну Крепышкино». Павлоградка, 2011
4. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. — М., 2010.
5. Калейдоскоп школьных дел. — Москва-Псков: Сфера, 2001.
6. Красникова А. В., Мельникова О.В. Учебный модуль по общеразвивающему направлению программы третьего часа физической культуры «Игры народов Омского Прииртышья».
7. Лаптев А.П. Закаливайтесь на здоровье, — М.: Медицина, 2006.
8. Матвеев В.П. Физическая культура. Методические рекомендации по основам преподавания. — М.: Дрофа, 2003.
9. Павлова М.И., Гришанова О.С., Гусева Е.В. Сопровождение здоровья учащихся в образовательном учреждении. — Волгоград, 2010.
10. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. — М., 2006.
11. <http://eisberg.f.qip.ru/>
12. <http://morzhonok.narod.ru/>
13. <http://lsmeshariki.ru/olimpijskie-igry/>

Литература для детей и родителей

1. Буянов М.И. Йога для маленьких. — 2006.
2. Зайцев Г. Уроки Мойдодыра. —СПб., 1996.
3. Каштанова Г.В. Лечебная физкультура и массаж. Практическое пособие. — М.: АРКТИ, 2006.
4. Мельничук В.М. Дневничок-здоровячок. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2002.
5. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. Школа докторов природы, или 135 уроков здоровья. — М., 2005.
6. Хван Ю. Уникальный учебник защиты и восстановления здоровья вашего ребенка: Учебник здоровья. Кн. 1: Королевская сила. — М., 2004.
7. Чистякова М.И. Психогимнастика. — М.: Просвещение, 2005.

IV. Методическое обеспечение.

- При реализации программы используются различные методы обучения: словесные – рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преимущественно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой. Особенный интерес вызывают у них различного вида игры: начиная от народных игр, заканчивая спортивными - баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис, бадминтон и т. д

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, выполнение которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших социальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, самостоятельность, достигая цели, силу и свой нрав.

Все эти развивающие аспекты усугубляются спецификой подвижных игр

Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное "включение" элементов игр в процесс

физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

Игры и их классификация

Ключевые слова: русские народные игры, классификация, воспитание национального самосознания, историческое наследие

Народные игры - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный народам и регионам.

Русские народные игры - это многообразие детских игр, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками.

Игры издавна служили средством социализации, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. После тяжелого трудового дня взрослые с удовольствием принимали участие в играх детей, обучая их, как надо развлекаться и отдыхать.

Характерная особенность русских народных игр - движения в сальтаники игры (бег, прыжки, метания, броски, передачи и ловля мяча, сопротивление и др.). Эти двигательные действия мотивированы сюжетом игры. Специальной физической подготовленности игрокам не требуется, но хорошо физически развитые игроки получают определенное преимущество в ходе игры (так, в лалге хорошо ловящего мяч ставят в поле у линии кона, а хорошо бьющего выбирают капитаном и дают дополнительный удар по мячу).

Правила в играх определяются самими участниками в зависимости от условий, в которых проводится игра (в городках - расстояние до города от кона или полукона, в лалге - количество игроков, длина и ширина площадки, в салках - условия осаливания и т.д.). Также может варьироваться и инвентарь (в "Лалге" - размеры биты, мяча, в "Кимурках" - размеры повязки, в "Чижика" - размеры чижика, биты или кона и т.д.).

Таким образом, русские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности русского народа в физкультурном аспекте деятельности.

Применение русских народных игр в учебном процессе младших школьников требует их специального отбора для решения разных педагогических задач. Для этого создаются рабочие группировки игр, сходных по определенным признакам:

1. По видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, вечная борьба добра против зла).
2. По интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности).
3. По типу двигательного действия, преимущественно входящего в игры (с бегом, с прыжками в высоту, в длину с места и с разбега, с метанием в подвижную и неподвижную цель, с бросками и ловлей мяча и т.д.).
4. По содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные).

5. С учетом возрастных особенностей детей 7, 8, 9, 10 лет. Этот же признак использован в рекомендованной нами программе по физической культуре для 1 - 4-х классов с включением в нее русских народных игр.

6. По способу проведения (с водяным, без водяного, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные).

7. По физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости).

8. По отношению к структуре урока (для подготовительной, основной, заключительной частей урока).

Основная функция этого компонента - воспитание национального самосознания. Народные игры, танцы, развлечения наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности.

Подвижные игры, входящие в первый компонент, поделены на четыре раздела. Первый включает в себя игры, отражающие отношение человека к природе. Русский народ всегда трепетно относился к природе, берег ее, прославлял. Игры первого раздела воспитывают доброе отношение к окружающему миру. Сюда относятся русские народные игры: "Гуси-лебеди", "Волк во рву", "Волк и овцы", "Вороны и воробьи", "Змейка", "Зайцы в огороде", "Тчелки и ласточки", "Кошки-мышки", "У медведя во бору", "Коршун и наседка", "Стадо", "Хромая лиса", "Филин и пташки", "Лягушата", "Медведь и медовый пряник", "Зайки и ежи", "Ящерица", "Хромой дышленок", "Оса" и их различные варианты.

С историческим наследием русского народа знакомит второй раздел первого компонента - "Быт русского народа", в котором применяются народные игры, отражающие повседневные занятия наших предков. Во второй раздел входят народные игры: "Дедушка-рожок", "Домики", "Ворота", "Встречный бой", "Заря", "Корзинки", "Каравай", "Невод", "Охотники и утки", "Ловись рыбка", "Птицелов", "Рыбаки", "Удочка", "Продаем горшки", "Защита укрепления", "Захват флага", "Шишки, желуди, орехи", а также различные их варианты.

С большим интересом современные школьники знакомятся с играми сверстников прошлых столетий, составляющими третий раздел первого компонента. Эти игры интересны тем, что в них нужно проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию. К этому разделу относятся игры "Бабки", "Городки", "Горелки", "Городок-бегунок", "Двенадцать палочек", "Жмурка", "Игровая", "Кто дальше", "Ловишка", "Лалта", "Котлы", "Ляпка", "Пятнашки", "Платочек-бегуночек", "Считалки", "Трений-лазней", "Чижик", "Чехарда", "Кашевары", "Отгадай, чей голосок", "Березочка под ногами" и др.

Важно также поощрять инициативу и творчество школьников у ребят при изучении игр четвертого раздела, который отражает стремление детей стать сильнее, победить всех. Нельзя не отметить и легендарных русских богатырей, которые не уступали ранее в популярности современным киногероям. В этом разделе применяются игры: "Енколборство" (в различных положениях, с различным инвентарем), "Тяни в круг", "Бол петухов", "Доставь камешек", "Перетяни за черту", "Тяни за булавку", "Борящая цепь", "Цели ковыль", "Перетягивание каната", "Перетягивание поясами", "Вытолкни за круг", "Защита укрепления", "Сильный бросок", "Каждый против каждого", "Бои на бревне" и их различные варианты.