

муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Начальная школа, реализующая адаптированные образовательные программы для детей с  
нарушением зрения, № 1 Тракторозаводского района Волгограда»

Выписка из рабочей программы  
курса внеурочной деятельности  
**«Подвижные игры»**  
для учащихся 2 «Б» класса  
для АООП начального общего образования  
на 2024-2025 учебный год

Выписка верна 30.08.2024

Директор



Л.А. Сысак

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Создание в школе рационально организованного образовательного процесса, гарантирующего сохранение здоровья и физическое развитие обучающихся, признано одним из критериев качества школьного образования и выдвигается в качестве одного из главных требований к деятельности общеобразовательных организаций.

Одним из эффективных здоровьесберегающих моментов для школьников является переключение учебной деятельности на физические упражнения, подвижные игры. Чем более совершенна организация отдыха детей на переменах, тем лучше их умственная и физическая работоспособность, состояние здоровья и успеваемость. Игры на переменах относятся к физкультурно-оздоровительной форме физического воспитания и являются одним из компонентов двигательного режима школьников в течение учебного дня.

Правильно организованная подвижная перемена – важный фактор улучшения двигательного режима детей в борьбе с гиподинамией, а также служат прекрасной разрядкой для детей: они дают возможность детям снизить утомление, накопившееся на уроках, восстановить работоспособность, благоприятно влияют на физиологические процессы в растущем организме, а также учащают работу всех внутренних органов. Активность помогает детям повысить иммунитет, организм становится крепче и может более противостоять сезонным простудам и аллергиям.

Подвижные игры на перемене для начальных классов – это своеобразные физкультурные нагрузки, только в интересной и понятной для них форме. Дети с удовольствием играют без усталости, формируя двигательные навыки, развивая свои мышцы, ловкость и координацию движений.

Кроме благоприятного физического развития, подвижная перемена положительно влияет на эмоционально-психологическое состояние детей. Активная игра помогает избавиться от стресса, чувства тревоги, в свою очередь подвижные командные игры позволяют ребенку раскрепоститься, научиться без страха познавать что-то новое, тренироваться....

Игра является традиционным средством педагогики, обогащает духовные и социальные качества детей: формирует командный дух, взаимовыручку и упорство, дисциплинированность, умение подчиняться общепринятым нормам. Игра часто требует от ребенка инициативы, лидерства, любознательности.

Во время игры в ненавязчивой форме дети лучше всего осваивают многие понятия, правила и нормы, что в сочетании с теорией обеспечивает наилучший результат.

Все вышеперечисленные факторы дают основание для широкого применения в процессе организации активных перемен подвижных игр, которые по специфичному влиянию, оказываемому на здоровье и личность ребёнка, являются наиболее действенным средством.

Однако, в связи с происшедшими изменениями в структуре досуга и коммуникации детей (чрезмерное увлечение компьютерными играми, общением в социальных сетях, активное использование гаджетов) возникает проблема: современные дети знают очень мало подвижных игр, не



умеют самостоятельно организовать игровую деятельность. Поэтому чаще всего школьные переменны младших школьников строятся однообразно: часть детей продолжает сидеть за партой, а часть – бегать по коридору, стихийно организуя свою двигательную активность. В связи с этим наблюдается возникновение гиподинамии, конфликтных ситуаций, школьного травматизма.

Следовательно, если отдых учащихся на переменных хорошо и грамотно организовать, научить детей играть в подвижные игры, можно прогнозировать снижение травматизма на переменных, воздействовать на здоровье учащихся, развивать их коммуникативные качества, влиять на адаптацию и успеваемость.

Таким образом, появилась потребность в создании программы внеурочной деятельности по организации активных школьных перемен обучающихся 2 классов, направленной на реализацию здоровьесберегающих технологий в образовательной среде. Программа разработана с учетом условий и организации учебно-воспитательного процесса, возрастных физиологических и психологических особенностей детей.

Курс «Подвижные игры: активная переменная» реализует спортивно-оздоровительное и игровое направление во внеурочной деятельности во 2 классе в рамках реализации федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Игры на перемене в начальной школе можно проводить как в коридоре, так и в классе. Если есть возможность, целесообразно выводить с детьми на свежий воздух на спортивную площадку. В игры можно играть всем классом и небольшими группами. На занятиях важно уделять пристальное внимание учёту возрастных особенностей физического развития обучающихся начальной школы: недостаточность развития мышечной силы, некоторая неустойчивость сердечной деятельности, повышенный обмен веществ, несовершенство в координации, силе и ловкости движений, относительно быстрая утомляемость, недостаточный уровень волевых и других качеств, малый запас знаний о своих двигательных возможностях. Кроме того, необходимо неукоснительно соблюдать требования техники безопасности при организации игр. Подвижные игры на перемене не предназначены для решения задач физического совершенствования, а носят, главным образом, релаксационный, оздоровительный, развивающий и воспитательный характер.

### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель программы – создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья младших школьников в процессе их активного участия в подвижных играх на переменных и сознательного отношения к двигательной активности как одному из условий здорового образа жизни.

Задачи программы:

- формирование знаний обучающихся о разнообразии подвижных игр, в которые можно играть на перемене;

- организация оптимального двигательного режима на переменных и занятиях внеурочной деятельности с учётом возрастных, психологических и иных особенностей младших школьников;



- формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры;

- формирование знаний о правилах игры, правилах поведения во время игры и технике безопасности в процессе коллективных игровых действий;

- содействии привитию интереса и потребности к самостоятельной повседневной двигательной активности (спорт, воркаут, подвижные игры, фитнес) как одному из условий здорового образа жизни;

- развитие гибкости мышления, воображения, умения вступать в коммуникацию, искать пути взаимодействия с окружающими людьми, умения командовать и подчиняться;

- развитие ловкости, координации, сноровки, выносливости, смекалки, внимания;

- воспитание коллективизма, лидерских качеств, командного духа, взаимовыручки, упорства, целеустремлённости, самостоятельности, дисциплинированности, инициативности, ответственности за свои действия через совместную игровую деятельность.

### ***Принципы реализации программы***

Регулярность; систематичность; комплексность; дифференцированный подход; сотрудничество педагогов и учащихся; педагогический контроль за процессом реализации и результатом мероприятий.

### ***Условия реализации программы***

Рабочая программа «Подвижные игры: активная переменная» предназначена для второклассников, рассчитана на 1 год обучения: 34 часа в год, 1 час в неделю. На каждом занятии разучивается одна игра. Если она нравится детям, то они берут её на вооружение в свою «копилку активных перемен» и играют на переменах.

### ***Результаты освоения программы***

При разработке модели мы основывались на разработках Д.В. Григорьева, П.В. Степанова «Методический конструктор внеурочной деятельности школьников», в котором в качестве результата внеурочной деятельности рассматривается опыт, который школьники приобретают в ходе его участия в различных мероприятиях:

***Первый уровень результатов*** – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах поведения, о правилах поведения во время игры, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения во время совместной игровой деятельности), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.



Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своим учителем как значимым для него носителем положительного социального знания и повседневного опыта.

**Второй уровень результатов** – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (дружба, взаимопомощь, честность, верность слову, взаимовыручка, честь, совесть), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, то есть в защищённой, дружественной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

**Третий уровень результатов** – получение школьником опыта самостоятельного общества действия (самостоятельная организация игр, взаимодействие с другими классами, с младшими детьми-дошкольниками).

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника в открытой общественной среде (опыт заботы о малышах и организация их досуга; опыт организации и самоорганизации совместной деятельности с другими детьми во дворе, волонтерской и шефской деятельности).

### ***Предметные результаты освоения учащимися содержания программы***

К концу 2 класса учащиеся **будут знать:**

- подвижные игры разных видов, в которые можно играть во время перемены;
- правила игр и технику безопасности во время игры

К концу 2 класса учащиеся **будут понимать:**

- степень значимости и ответственности за совершенные в игре действия и поступки

К концу 2 класса учащиеся **будут уметь:**

- играть в подвижные игры разных видов;
- осознанно координировать движения тела;
- быть ловким, находчивым, подвижным, внимательным.

**Метапредметными** результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать действия и поступки свои и своих товарищей, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при проведении игр, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимного уважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр;
- планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.
- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- сознательно и правильно применять подвижные игры для организации отдыха и укрепления здоровья;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей, работать в команде, согласовывать свои действия с действиями других участников игры, подчиняться общим командным требованиям;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

***Личностными результатами*** освоения учащимися содержания программы по изучению игр являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

***Курьерши результативности освоения программы (прогноз):***



- снижение травматизма,
- сокращение конфликтных ситуаций между детьми;
- снижение уровня заболеваемости детей, повышение работоспособности учащихся в течение учебного дня;
- повышение уровня психологической и социокультурной адаптации детей младшего школьного возраста к школьному режиму;
- повышение уровня самостоятельности, активности и организованности детей;
- увеличение количества учащихся, включенных в группы детей, занятых организованной деятельностью во время перемен;
- повышение эффективности использования средств, методов и приемов здоровьесберегающих методик в учебно-воспитательном процессе при работе с младшими школьниками;
- приобретение учащимися знаний и навыков, необходимых для формирования здорового образа жизни;
- овладение навыками самостоятельного проведения подвижных игр без руководства старших

#### ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ

Данная программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности младших школьников. Программа является модульной и состоит из 4 модулей (общим объемом 34 часа), содержание которых предлагается младшим школьникам для обязательного освоения.

Программа предполагает проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками (1 час в неделю на ученика). 85% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся. Если позволяет погода – занятия проводятся на свежем воздухе. Если нет – в хорошо проветренном помещении. Остальное время распределено на тематические беседы, подготовку и реализацию социальных проектов и внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни.

Так как подвижные игры, которые дети разучивают на занятии, будут проводиться на перемене, то общее время игры составляет от 5 минут (обычная перемена) до 10-15 минут (большая перемена).

Продолжительность игры с детьми от 7 до 11 лет зависит от ее интенсивности и сложности двигательных движений, особенностей физического развития детей, состояния их здоровья, и в среднем может составлять 15-30 минут. Игры большой подвижности повторяются 3—4 раза, более спокойные — 4-6 раз. Паузы между повторениями 0,3-0,5 мин.

## Тематическое планирование

№ п/п	Название модуля	Количество часов
	Введение. Правила честной игры. Инструктаж по технике безопасности. Входная диагностика.	1 ч
I.	Игры на развитие основных школьнозначимых функций	13ч
1.1	<i>Игры на развитие психических процессов (внимания, наблюдательности, памяти, воображения, мышления и речи)</i>	6ч
1.2	<i>Игры на развитие саморегуляции у школьников (развитие произвольности, самоконтроля, согласованности движений)</i>	5ч
1.3	<i>Игры на развитие межполушарного взаимодействия</i>	2ч
II.	Игры на сплочение коллектива	5 ч
III.	Подвижные игры на развитие быстроты реакции, внимания, сообразительности, сноровки, координации, умения повторить движение за тренером	11ч
3.1	<i>Сюжетные игры</i>	6ч
3.2	<i>Музыкальные игры с движениями</i>	2ч
3.3	<i>Игры-речитативы</i>	2ч
3.4	<i>Игры на профилактику нарушений зрения и осанки</i>	1ч
IV.	Русские народные игры (знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей детей, координации движений, силы, ловкости. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны)	3ч
	Итоговое занятие. Итоговая диагностика.	1ч
	ИТОГО	34 часа



## СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

Введение (1 час)

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Способы деления на команды (группы). Разучивание считалок. Правила честной игры.

### **Модуль I. Игры на развитие основных школьнозначимых функций (13ч)**

#### 1.1. Игры на развитие основных психических процессов

«Смена номеров», «Три движения», «Пол, нос, потолок», «Пожалуйста», «Кто внимательней?», «Номера телефонов» Игровые правила. Проведение игры.

#### 1.2. Игры на развитие саморегуляции

«Пчёлки», «Слушай команду», «Карлики и великаны», «Светофор» Игровые правила. Проведение игры.

#### 1.3. Игры на развитие межполушарного взаимодействия

«Цыганочка», «Пила», «Снизу вверх, сверху вниз», «Рука догоняет руку». Игровые правила. Проведение игры.

### **Модуль II. Игры на сплочение коллектива (5 ч)**

«Давайте познакомимся», «Необычное приветствие», «Ниточка с иголочкой», «Атомы и молекулы», «Испорченный телефон». Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.

### **Модуль III. Подвижные игры (11 ч)**

#### 3.1. Сюжетные игры

«Поймай, если сможешь», «Пишки, жёлуди, орехи», «Перебежки», «Поймай хвост дракона», «Снежки», «Сова». Игровые правила. Проведение игры. Изменение правил игры.

#### 3.2. Музыкальные игры с движениями

«Руки-ноги», «Подарки на Новый год», «Телевизор», «Мамы», «Самолет». История игры. Игровые правила. Оборудование для игры. Проведение игры.

### 3.3. Игры-речитативы

«Ты катись, весёлый бубен», «Колпак мой треугольный!». Игровые правила. Проведение игры.

#### **Модуль IV. Русские народные игры (3 ч)**

«Ручеек», «Путаница», «Кузовок». История игры. Игровые правила. Изменение правил игры. Проведение игры.

Социальный проект «Активная переменна» (2 ч)

Итоговое занятие. Итоговая диагностика (1 ч)

#### **Ресурсное обеспечение.**

Для реализации программы необходимо следующее оборудование и спортивный инвентарь: компьютер, видеопроектор, колонки, бумага для черновиков, колокольчик, мел.

#### ***Сроки и формы контроля эффективности и результативности***

Формы: проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей), проведение мониторинга заболеваемости (анализ мет. документации и страниц «Сводная ведомость посещаемости» в классном журнале), проведение мониторинга эмоционально – психологического состояния коллектива (Диагностика эмоционального состояния классного коллектива по А.Н. Джигонкину; метод социометрии), конкурсов, тестирование.

Сроки: обобщающие и закрепляющие занятия.

#### ***Методическое обеспечение образовательного процесса для учителя***

1. Большая книга игр: более 1500 веселых, полезных и интересных игр / Под ред. Н. Дубенок. – М.: Эксмо, 2007.
2. Геллер Е. М. Игры на переменах для школьников 1—3-х классов. – М.: Физкультура и спорт, 1985
3. Деректеева Н. И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» Москва «Вако» 2007г.
3. Золотая коллекция игр для детей. Развивающие, дидактические, сюжетно-ролевые, подвижные /Сост. А. Ю. Мудрова. – М.: Центрполиграф, 2011. – 220 с.
4. Ильясова О. Р. Программа внеурочной деятельности «Динамические перемены» [Электронный ресурс]. – URL: <https://infotok.ru/programma-vneurochnou-deyatelnosti-dinamicheskie-remeni-826921.html>



5. Исаева С. А. «Организация переменок и динамических пауз в начальной школе» Москва 2004г.
6. Ковалько В. И. Младшие школьники после уроков: 750 развивающих игр, упражнений, физкультурминуток / Валентина Ивановна Ковалько. – М.: Эксмо, 2007. – 334 с. – (Мастер-класс для учителя).
7. Литвинова, М.Ф. «Русские народные подвижные игры». Под редакцией Руссковой, Л.В. М., Просвещение. 1986г.
8. Пагрикеев, А.Ю. «Подвижные игры» 1-4 классы. Учебно-методическое пособие. М., ВАКО. 2007г.
9. Пензулаева, Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7лет». М., Владос, 2001г.
10. Поваляева В. В. «Подвижная переменка для учащихся начальных классов». Методическое пособие – Самара, 2016.
11. Попова Г. П. Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки. – Волгоград: Учитель, 2008.
12. Субботина Т. В. Подвижные игры на переменках – путь к снижению школьного травматизма [Электронный ресурс]. – URL: <https://mosmethod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/det-tivmatizm/metodicheskie-materialy/igra-na-remenakh.html>

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### «Подвижные игры» 2 класс

№ п/п	дата	тема	Описание
1	04.09.	Введение. Входная диагностика	
2	11.09.	Смена номеров	Игроки встают в круг, близко друг к другу и получают номера (по порядку). В центре стоит ведущий, который называет по два номера, чьи обладатели должны быстро поменяться местами. Пока они меняются, ведущий старается занять одно из освободившихся мест в круге. Если удалось — водит тот игрок, чье место занято. Игра развивает концентрацию и навыки устного счета, что особенно полезно для младших школьников. Вместе с тем, здесь важны скорость и реакция, что подходит детям постарше.
3	18.09.	Поймай, если сможешь.	Игроки становятся в круг и берутся за руки. В центре — двое: один с завязанными глазами, а другой — со звонком в руках (можно использовать телефон с рингтоном, пищалку или любую игрушку со звуком). Игрок со звонком перемещается по кругу, издавая звук и вовремя пригласив его, а первый игрок ловит, ориентируясь на звонок. Эта игра увлекает не только участников, но и зрителей, а еще — развивает ловкость и реакцию. Круг нужен для подстраховки: так ребенок с завязанными глазами избежит травм.
4	25.09.	Кто внимательней?	Дети выстраиваются в линию или круг. Ведущий подает команды: «Садимся!», «Встаем!», «Прыгаем на одной ноге!» и так далее, а делает иногда что-то совсем другое. Задача игроков — строго выполнять команды, не обращая внимания на действия ведущего. Тот, кто ошибается, выбывает из игры, и в итоге остается один победитель: его можно награждать грамотой или медалью «Самый внимательный!».
5	02.10.	Ручеек	Принимает участие нечеткое количество учеников. Один — водящий, остальные делятся на пары. Они берутся за руки и поднимают их высоко над головами. Пары встают друг за другом так, чтобы получились живой коридор. Водящий быстро проходит через «ручеек» и выбирает одного ребенка. Новая пара стает в конец коридора. Оставшийся ученик — новый водящий.
6	09.10.	Перебежки	Участники встают в круг, сохраняя дистанцию в 3 шага. Один — в середине. Каждый ученик помечает свое местоположение кружком вокруг ног на земле. Ребенок в центре подает команду: «Меняйтесь!» Услышав это, дети пересекают круг и меняются местами. Водящему надо не упустить момент и попытаться занять любое свободное место.
7	16.10	Игра «Испорченный телефон»	Цель игры «Испорченный телефон» заключается в том, что вы должны как можно точнее передать услышанное или увиденное, чтобы результаты первого и последнего сообщения совпадали. Для того чтобы было по-настоящему весело, нужно собрать как можно больше участников. Они усаживаются в ряд или становятся неподалеку друг от друга. Обычно первый игрок становится ведущим. Он придумывает какое-нибудь слово, которое передает шепотом на ухо своему соседу слева.



Когда придет очередь до последнего участника, он говорит услышанное вслух. Теперь ведущий называет первоначальное слово, а все остальные говорят вслух те слова, которые услышали они.

- 8 23.10. Путаница
- Для этой игры на перемене в школе нужно минимум прострaнcтва. Одноклассники выбирают одного водящего, которому придется на время выйти в коридор (или кабинет). Оставшиеся дети станут в круг, держа за руки. Их задача — запутаться, не размыкая рук. Они могут переступать друг через друга, пробираться под соединенными руками других детей. Закончив с этим, зовут ребенка-водящего: «Бабка! Бабка! Нитки рвутся. Скоро-скоро разорвутся». Цель водящего — разоборать путаницу, указывая участникам, как им переступать или поворачиваться. Если он ошибся и «нитка разорвалась», все начинается снова.
- 9 06.11. Игра на внимание
- Каждый должен запомнить 3 движения, которые я покажу. Первое: руки согнуть в локтях, кисти на уровне плеч; второе — руки вытянуть вперед на уровне плеч; третье — поднять руки вверх. Учитель показывает движения, все повторяют за ним 2–3 раза, чтобы запомнить номер каждого движения. Затем начинается игра. Учитель показывает одно движение, называя при этом номер другого.
- «Три движения»
- 10 13.11. Игра на внимание
- Эта игра также является хорошей проверкой внимательности. Она очень проста, ее правила легко объяснить. Правой рукой покажите на пол и назовите: «Пол». Затем покажите на нос (лучше будет, если Вы его коснетесь), скажите: «Нос», а потом поднимите руку вверх и скажите: «Потолок». Делайте это не торопясь.
- «Пол, нос, потолок»
- Пусть ребята показывают с Вами, а называть будете Вы. Ваша цель запутать ребят. Скажите: «Нос», а сами покажите в это время на потолок. Ребята должны внимательно слушать и показывать правильно. Хорошо, если Вы весело прокомментируете происходившее: «Я вижу, у кого-то в четвертом ряду нос упал на пол и там лежит. Давайте поможем найти отвалившийся нос». Игра может повторяться несколько раз с убыстрением темпа. В конце игры можно торжественно пригласить на сцену обладателя «самого высокого в мире носа».
- 11 20.11. Игра на внимание
- Участвуют все ребята. Игра заключается в том, что когда водящий говорит слово «пожалуйста», дети выполняют действия, когда водящий просит ребят выполнить действие, но не произносит слово «пожалуйста», дети не должны выполнять его, кто сбивается и выполняет неправильно выходит из игры.
- «Пожалуйста»
- 12 27.11. Игра на развитие произвольности
- Все участники превращаются в пчелок, которые «летают» Но и громко жужжат. По сигналу педагога: «ночь» -пчелки садятся и замирают. По сигналу педагога: «день» -«пчелки» снова летают и громко «жужжат».
- «Пчелки»
- 13 04.12. Не перепутай!
- Попробуйте проделать такое упражнение (демонстрирует). Оно только на первый взгляд может показаться очень простым и легким. На самом деле это не так. Положите руки на колени, хлопните в ладоши перед грудью, правой рукой возьмитесь за нос, а левой — за правое ухо, потом опять хлопните в ладоши, возьмитесь левой рукой за нос, а правой — за левое ухо. Повторите упражнение в той же последовательности еще несколько раз, постепенно убыстряя темп. Только не перепутайте, где у вас нос, а где ухо, где правая, а где левая сторона.

14 11.12.

Поймай хвост  
дракона

Ребята выстраиваются в колонну, каждый держит вперёдистоящего за пояс. Они изображают дракона. Первый в колонне – это голова дракона, последний – хвост. По команде ведущего дракон начинает двигаться. Задача «головы» – поймать «хвост». А задача «хвоста», в свою очередь, – убежать от «головы». Уловище дракона не должно разрываться, т.е. играющие не имеют права отцеплять руки. После поимки «хвоста» можно выбрать новую «голову» и новый «хвост».

15 18.12.

Игры на  
развитие  
межполушарного  
взаимодействия

Пыганочка: Перекрёстные касания. Сначала левого колена правой рукой, правого колена - левой рукой. Затем касание левого мысочка правой рукой, правого мысочка – левой рукой. В финале правая рука идёт за спину и дотрагивается до левой пятки, левая рука - до правой пятки. Далее упражнение выполняется с левой руки.

«Пыганочка»,  
«Пила»

Пила: Дети встают в пары и держатся за руки крестообразно. Затем выполняются действия, имитирующие движения пилы, поочерёдно выдвигая вперёд то правую, то левую руку.

16 25.12.

Игра на развитие  
производительности  
«Светофор»

Цель: развитие производительности и самоконтроля, согласованности движений и внимания.

Ход игры:

Дети кладут руки на плечи друг другу, ходят по залу и гудят, изображая автобус. педагог, изображая светофор, показывает «автобусу» круги разного цвета. При показе красного круга дети должны остановиться, желтого - «гудеть» и маршировать на месте, зеленого - продолжать движение.

По окончании упражнения педагог говорит:

- А теперь каждый из вас будет водителем собственного автомобиля. Внимательно следите за сигналами светофора и выполняйте правила дорожного движения.

Дети, изображая автомобилистов, движутся по залу и следят за сигналами «светофора».

За нарушение правил дорожного движения можно «ставить автомобиль на стоянку» - сажать ребенка на стульчик.

17 15.01.25.

Игры на  
сплочение и  
знакомство

- Детям предлагается построить букву класса, т.е. встать так, чтоб получилась буква.

- Встать в группы, которые объединяют домашних животных и т. д.



- Построиться по первой букве имени по алфавиту.

- Похлопать в ладоши всем, кто любит шоколад (кошек, лето, весну, лук, и т. д.).

- 18 22.01.25. Необычное приветствие
- Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваться со всеми, кто встречается на их пути (возможно, что кто-то из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом:

1 хлопок – здороваемся за руку;

2 хлопок – здороваемся плечиками;

3хлопка – здороваемся спинками.

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

- 19 29.01.25. Игры для профилактики нарушений зрения и осанки
- Учитель выбирает либо комплекс упражнений либо игру .

- 20 05.02.25. Ниточка с иглолочкой
- Игра может быть организована даже в помещении небольшого класса. Дети строятся в шеренгу друг за другом. Первый ученик – иглолочка, все остальные — ниточка. Иглолочка передвигается по классу, все остальные иглающие повторяют за ним передвижения: проходят между партами, переступают стулья, обходят вокруг стола учителя.

- 21 12.02.25. Шишки, жёлуди, орехи
- Дети встают тройками и, взявшись за руки, образуют круг. Каждый из тройки имеет название: «шишки», «желуди», «орехи». Ведущий находится за пределами круга. Ведущий произносит слово «орехи» (или «шишки», «желуди»), и все игроки, которые имеют это название, меняются местами, а ведущий старается занять чье то место. Если это ему удается, то он стаег орехом («желудем», «шишкой»), а тот, кто остался без места, стаег на место ведущего. Дети встают тройками и, взявшись за руки, образуют круг. Каждый из тройки имеет название: «шишки», «желуди», «орехи». Ведущий находится за пределами круга. Ведущий произносит слово «орехи»

- (или «пишки», «желеуди»), и все игроки, которые имеют это название, меняются местами, а ведущий старается занять чье то место. Если это ему удается, то он стаг орехом («желеде»), «пишкой»), а тот, кто остался без места, стаг на место ведущего.
- 22 19.02.25. Музыкальные игры с движениями «Телевизор» «Самолет», «Самолет»,
- Дети выполняют движения под музыкальный клип «Телевизор» и «Самолет» (<https://www.youtube.com/watch?v=HcrPIAQRDvI>)
- 23 26.02.25. Номера телефонов
- Игроки встают в круг, близко друг к другу, и получают номера (по порядку). В центре стоит ведущий, который называет по два номера, чьи обладатели должны быстро поменяться местами. Пока они меняются, ведущий старается занять одно из освободившихся мест в круге. Если удалось – водит тот игрок, чье место занято. Игра развивается концентратно и навыки устного счета, что особенно полезно для младших школьников. Вместе с тем здесь важны скорость и реакция, что подходит детям постарше.
- 24 05.03.25. Сова
- С помощью считалки выбирается водящий -«сова». Остальные дети будут изображать мышек или лгичек. По команде педагога «День» «сова» садится в «гнездо» (обруч, лежащий на полу) и закрывает глаза, а дети начинают бегать по залу. Когда педагог произносит: «Ночь», дети приседают и замирают, а «сова» отправляется на охоту. Она высматривает тех, кто шевелится или смеется, и «уносит» их к себе в «гнездо».
- 25 12.03.25. Палочка, остановись!
- Ученики становятся в круг, учитель - в центр. Игра проходит в виде эстафеты: дети называют слова и одновременно передают палочку по кругу. О том, на какую тему будут слова, договариваются заранее: "О чем будем рассказывать?" - "О зиме". Учитель предлагает подобрать вначале слова о погоде и дает палочку одному из ребят; тот называет первое слово (морозная) и передает палочку следующему участнику игры и т. д. Таким образом, дети подбирают много слов (ветреная, холодная, снежная и т. п.). Если играющий повторяет уже названное слово или долго не может подобрать нужного, учитель говорит: "Стоп! Палочка, остановись!" - и этот ученик выходит из круга
- 26 19.03.25. Игра-речитатив
- Дети становятся в круг, и передают друг другу бубен проговаривая слова:



«Гы катись, весёлый бубен»

27 02.04.25.

Атомы и молекулы

«Гы катись весёлый бубен, быстро, быстро по рукам. У кого остался бубен, Тот сейчас расскажет нам» (можно стихотворение, можно загадку и т.п.)

Все играющие беспорядочно передвигаются по игровой площадке, в этот момент они все являются «атомами». Как известно, атомы могут превращаться в молекулы – более сложные образования, состоящие из нескольких атомов. В молекуле может быть и 2, и 3, и 5 атомов. Играющим по команде ведущего нужно будет создать «молекулу», т.е. скольким игрокам нужно будет схватиться друг за друга. Если ведущий говорит: «Реакция идет по три!», то это значит, что три игрока-«атома» сливаются в одну «молекулу». Если ведущий произносит: «Реакция идет по пять!», то уже пятеро играющих должны схватиться друг за друга. Сигналом к тому, чтобы молекулы распались снова на отдельные атомы, служит команда ведущего: «Реакция окончена!» Если ребята еще не знают, что такое «атом», «молекула», «реакция», – взрослый человек должен популярно им объяснить. Сигналом для возвращения в игру временно выбывших игроков служит команда: «Реакция идет по одному»

28. 09.04.25.

Кузовок

Дети становятся или садятся в круг. Им дают задание по очереди называть слова на букву «К», кто не успел во время назвать, тот выходит из игры.

29. 16.04.25

Игры на развитие

Снизу вверх, сверху вниз: Ходьба на месте под счёт с перемещением рук снизу вверх (пояс, плечи, верх) и сверху вниз (верх, плечи, пояс).

Межполушарного

взаимодействия

«Снизу вверх, сверху вниз»,

Рука догоняет руку: Попеременное перемещение рук: правая рука на пояс, затем левая - на пояс. Правая рука - на плечо, левая - на плечо, правая - вверх, левая - вверх. Встреча - хлопок над головой, руки разводятся через стороны вниз. Далее упражнение выполняется с левой руки.

«Рука догоняет руку»

Усложнение: Руки опущены вдоль тела, ноги вместе. Ходьба на месте под счёт с попеременным перемещением рук: левая рука на пояс, затем правая - на пояс. Левая рука - на плечо, правая - на плечо, левая - вверх, правая - вверх. Встреча - хлопок над головой, руки разводятся через стороны вниз. Далее упражнение выполняется с правой руки.

30...23.04.25.

Карлики и великаны

По команде «Карлики!» дети приседают, по команде «Великаны!» встают. Команды даются в быстром темпе, в произвольном порядке.

31. 30.04.25

Слушай команду

Дети движутся по классу под музыку. Внезапно музыка прерывается. Педагог шепотом произносит команду (поднять правую руку, присесть, подпрыгнуть, сесть на стульчик и т.п.). Дети выполняют команду, включается музыка, игра продолжается

32. 07.05.25.

Игры-  
речитативы.  
«Колпак мой  
треугольный»

Во время игры убирается одно слово в тексте и заменяется жестами. Постепенно весь текст заменяется жестами.

Колпак мой треугольный, треугольный мой колпак,

А если не треугольный, то это не мой колпак.

Колпак - дети показывают на голову. Мой - на себя.

Треугольный - показывают пальцами треугольник. Угольный - показывают угол двумя пальцами.

Дети прыгают на месте с одновременными движениями руками и ногами.

33. 14.05.25.

Музыкальные  
игры с  
движениями  
«Руки-ноги»,  
«Подарки»,  
«Мамы»

Ноги вместе – руки врозь.

Ноги врозь – руки вместе.

Ноги вместе – руки вместе

Ноги врозь – руки врозь.

34. 21.05.25.

Итоговая  
диагностика