

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
начальная общеобразовательная школа «Образовательный холдинг
«Детство без границ» муниципального образования Усть-Лабинский район

Методическая разработка

**«Русские народные подвижные игры
как средство формирования физических
качеств дошкольников»**

Мысник В.Н., воспитатель

**г. Усть-Лабинск
2020 г.**

Содержание

Введение	3
Группы русских народных игр	4
Методика проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста	5
Список использованной литературы	6
Приложение 1. Сценарий спортивного праздника для детей среднего дошкольного возраста «Матрешка и Петрушка учатся играть»	7
Приложение 2. Кубанское веселье. Праздник для детей старшего дошкольного возраста и родителей.	12
Приложение 3. Картотека русских народных подвижных игр	15

Введение

Мир детства не может быть без игры. В дошкольном возрасте дети играют постоянно – это их естественная потребность, способ познания окружающего. Игра является одним из важнейших средств физического воспитания детей дошкольного возраста. Она способствует физическому, умственному, нравственному и эстетическому развитию ребенка.

Но в современном мире на смену увлекательным дворовым играм пришли не менее увлекательные – компьютерные. Все чаще можно встретить во дворе скучающих, равнодушных к спортивным и подвижным играм мальчишек и девчонок. Многие ребята перестали выходить играть во двор, отдавая предпочтение малоподвижным видам деятельности: компьютерным играм, занятиям с конструкторами, просмотру мультфильмов. Мало, очень мало двигаются дети! А для ребенка потеря в движениях – это потеря в здоровье, знаниях, развитии. Именно в подвижных играх ребенок получает уникальную возможность максимально проявить собственную активность и творчество, ликвидировать дефицит движений, реализоваться и утвердить себя, получить массу радостных эмоций и переживаний.

Неотъемлемой частью физического воспитания дошкольников, приобретения ими определенных навыков являются народные игры. В народных играх ярко отражаются образ жизни людей, их быт, труд, национальные традиции. На их основе закладываются представления о чести, смелости, мужестве, формируется стремление овладеть силой, ловкостью, выносливостью, быстротой. Особенность народной подвижной игры заключается в том, что она широко доступна детям самого разного возраста, и выражается в самостоятельности и относительной свободе действий, связана с ярким проявлением эмоций.

Именно поэтому грамотное использование русских народных игр в детском саду 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 дошкольников.

Подвижные игры и разнообразные игровые движения требуют вовлечения всех мышечных групп в работу, усиливая кровообращение, работу жизненно важных функций и обменных реакций; активизируется работа легких; организм ребенка насыщается кислородом; повышается общий жизненный тонус.

Интенсивная мышечная деятельность в игре содействует развитию гибкости скелета, суставов, скелетных мышц, увеличивает их мускульную силу, развивает необходимую координацию, следовательно, способствуют

развитию моторики ребенка, уменьшению заторможенности, умению соразмерять движения в соответствии с задачей.

Характерная особенность подвижных игр – движение в содержание игры: ходьба, бег, прыжки, метания, равновесие, ползание.

Народные подвижные игры являются традиционным средством воспитания и развития детей. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве. В игре проявляется смекалка, выдержка, воля и стремление к победе.

Группы русских народных игр

Русские народные подвижные игры можно распределить на определенные группы.

1. Игры, отражающие связь человека с природой. Жизнь человека в старину была намного более тесно связана с природой: люди подмечали повадки животных, птиц, их характерные особенности и отражали все это в играх. Во многих играх главные действующие лица лесные обитатели – лиса, медведь, волк («Волк во рву», «Лиса в курятнике», «Пастух и стадо», «Коршун и цыплята» и другие).

2. Игры, отражающие повседневные занятия наших предков. Охота, рыбалка, промыслы дошли до наших дней в играх («Невод», «Удочка», «Птицелов», «Корзинки», «Капканы», «Горшки», «Лапти» и другие).

3. Игры на находчивость, быстроту и координацию. Бег, прыжки и другие проявления двигательной активности свойственны детям. Азарт, игровой задор, элементы соперничества и соревнования вот главные составляющие народных игр («Горелки», «Жмурки», «Салки», «Пятнашки, ляпка и другие). Сюда же можно отнести и игры, где фигурирует нечистая сила: Водяные, домовые, чародеи, («Водяной», «Дедушка – рожок», «Колдуны», «Бабка-Ёжка» и другие).

4. Игры, где есть возможность помериться силой и ловкостью, побуждают стремление детей стать сильнее. Как тут не вспомнить о русских богатырях, которые не уступали ранее в популярности современным киногероям. («Чехарда», «Цепи», «Бой петухов», «Бой на бревне» и другие).

При проведении подвижных игр необходимо учитывать возрастные особенности детей, физическую подготовленность, количество детей и условия проведения.

Методика проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста

Методика проведения подвижной игры включает неограниченные возможности комплексного использования разнообразных приемов, направленных на формирование личности ребенка, умелое педагогическое руководство ею. Особое значение имеет профессиональная подготовка воспитателя, педагогическая наблюдательность.

При проведении подвижной игры следует уделить внимание таким моментам: сбор детей на игру, создание интереса, объяснение правил игры, распределение ролей, руководство ходом игры, подведение итога. Педагогу необходимо помнить, что собирать детей необходимо в том месте на площадке, откуда будут начаты игровые действия, сбор должен проходить быстро и интересно. Объяснение игры – это инструкция, оно должно быть кратким, понятным, интересным и эмоциональным. Роли определяют поведение детей в игре, выбор на главную роль должен восприниматься как поощрение, как доверие.

В подвижных играх детей старшего дошкольного возраста используются более сложные движения. Перед детьми ставится задача мгновенно реагировать на изменение игровой ситуации, проявлять смелость, сообразительность, выдержку, сноровку, смекалку. Подвижные игры усложняются по содержанию, правилам, количеству ролей (до 3–4), роли распределяются между всеми детьми; используются игры-эстафеты.

Сбор детей на игру. Старшие дошкольники любят и умеют играть. Для сбора детей на игру и создания интереса можно договориться о месте и о сигнале сбора, задолго до начала игры, собрать при помощи зазывалок («Раз, два, три, четыре, пять – всех зову я поиграть»); поручить отдельным детям собрать остальных в установленный ограниченный срок (например, пока звучит мелодия); использовать звуковые и зрительные ориентиры; использовать сюрпризы-задания: например, играть будет тот, кто сумеет пробежать под вращающейся скакалкой.

Объяснение правил. Предварительное объяснение правил игры происходит с учетом возрастных психологических возможностей детей. Это учит их планировать свои действия. Принципиально важной является последовательность объяснений: назвать игру и ее замысел, кратко изложить ее содержание, подчеркнуть правила, напомнить движения (если нужно), распределить роли, раздать атрибуты, разместить играющих на площадке, начать игровые действия. Если игра знакома детям, то вместо объяснения нужно вспомнить вместе с детьми правила. Если игра сложная, то не рекомендуется сразу же давать подробное объяснение, а лучше сначала объяснить главное, а затем по ходу игры все детали.

Распределение ролей. Роли определяют поведение детей в игре. Выбор на главную роль дети должны воспринимать как поощрение. Существует несколько способов выбора водящего: назначает воспитатель, обязательно аргументируя свой выбор; с помощью считалки (предупреждают конфликты); при помощи «волшебной палочки»; с помощью жеребьевки; водящий может выбрать себе замену. Все названные приемы используются, как правило, в начале игры. Для назначения нового водящего основным критерием является качество выполнения движений и правил.

Руководство игрой. Воспитатель руководит игрой, наблюдая за ней со стороны. Но иногда воспитатель участвует в игре, если, например, по условиям игры требуется соответствующее число играющих. Делает замечания нарушившему правила, подсказывает действия растерявшемуся, подает сигналы, помогает сменить водящих, поощряет детей, следит за действиями детей и не допускает статических поз (сидение на корточках, стояние на одной ноге), регулирует физическую нагрузку, которая должна увеличиваться постепенно. Делать замечания надо в доброжелательной форме.

Подведение итога. При подведении итога игры воспитатель отмечает тех, кто проявил ловкость, быстроту, соблюдал правила. Называет тех, кто нарушал правила. Воспитатель анализирует, как удалось достичь успеха в игре. Подведение итогов игры должно проходить в интересной и занимательной форме. К обсуждению проведенной игры надо привлекать всех детей, это приучает их к анализу своих поступков, вызывает более сознательное отношение к выполнению правил игры.

По мере накопления детьми двигательного опыта игры нужно усложнять, но последовательность действий и эпизодов остается при этом постоянной. Изменения должны быть всегда обоснованы. Кроме того, усложнения делают для детей интересными хорошо знакомые игры.

Варьируя игру, нельзя менять замысел и композицию, но можно: увеличивать дозировку (повторность и общую продолжительность игры); усложнить двигательное содержание; изменить расстановку играющих по площадке (ловишку поставить не сбоку, а на середине); сменить сигнал (вместо словесного – звуковой или зрительный); провести игру в нестандартных условиях (на берегу реки, на лесной поляне, в парке); усложнить правила (в старшей группе пойманных можно выручать). К составлению вариантов игр можно привлекать самих детей, особенно в старших группах.

Список используемой литературы

1. Дедулевич М. Н. Играй -- не зевай : подвижные игры с дошкольниками : пособие для воспитателей дошкольных образовательных учреждений. – М. : Просвещение, 2007 г..
2. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры. - М.: Просвещение, 1986 г..
3. Покровский Е.А. Русские детские подвижные игры - Спб.: Речь, 2011г.
4. Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. Пособие для педагогов дошкольных учреждений М:Мозаика-Синтез, 2009 г.
5. Степаненкова Э. Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет - М:Мозаика-Синтез, 2014 г.
6. Якуб С. К. Вспомним забытые игры – М., «Детская литература», 1988 г.

Сценарий спортивного праздника для детей среднего дошкольного возраста «Матрешка и Петрушка учатся играть»

Задачи:

Закрепить элементарные представления детей о фольклоре и русских народных играх.

Продолжать развивать двигательную активность детей: ловкость, быстроту, пространственную ориентировку.

Приучать к самостоятельному выполнению правил.

Развивать творческие способности детей в играх.

Оборудование: маска медведя, волка, гусей, петуха, лошадок, курочек, платок и фартук для «хозяйки», разноцветный платочек.

Проведение праздника:

Зал украшен атрибутами, которые соответствуют русскому народу. Под музыку дети входят в зал, воспитатель предлагает всем принять участие в празднике. Вдруг из-за двери раздаются громкие спорящие голоса Петрушки и Матрешки.

Матрешка. Ты не правильно считаешься, я буду водить.

Петрушка. Нет, это ты не те слова говоришь, совсем не знаешь считалки.

Матрешка. Это я не знаю считалки, вот давай я посчитаю, и узнаем, кто будет водить.

Воспитатель. Здравствуйте, друзья, о чем вы спорите?

Петрушка. Мы хотели поиграть в игру, но никак не можем договориться, кто будет водить.

Воспитатель. А это очень просто, только надо знать считалочки. Давайте мы вам с ребятами поможем:

Катится горох по блюду,

Ты води, а я не буду.

Матрешка. Ух, ты, здорово! А еще знаете какие-нибудь считалочки?

Воспитатель. Конечно, знаем, ребята помогайте.

1 ребенок. Я куплю себе дуду и по улице пойду.

Громче, дудочка, дуди: мы играем, ты води.

2 ребенок. На золотом крыльце сидели: царь, царевич, король,

Королевич, сапожник, портной, кто ты будешь такой,
Выбирай поскорей не задерживай добрых и честных людей.

3 ребенок. Кто засмеется, губа задерется.
Раз, два, три, четыре, пять,
С этих пор молчать.
Водящим становится самый молчаливый.

Воспитатель. Наши дети очень часто используют считалочки в играх и знают очень много русских народных подвижных игр. А вы знаете?

Матрешка и Петрушка. Да, мы знаем игры: «Медведь», «Гуси», «Курица».

Воспитатель. Нет, вы неправильно называете игры. Ребята, давайте правильно назовем русские народные игры и научим Матрешку и Петрушку играть в эти игры.

1. Русская народная игра «У медведя во бору»

Правила игры: Играющие выбирают медведя, определяют место его берлоги. Дети идут в лес за грибами, ягодами и напевают песенку:

У медведя во бору	Медведь постыл
Грибы, ягоды беру!	На печи застыл!

Медведь просыпается, выходит из берлоги, медленно идет по поляне. Неожиданно он быстро бежит за играющими и старается кого-то поймать. Пойманный выбывает из игры.

2. Русская народная игра «Гуси-лебеди»

Правила игры: Участники игры выбирают волка и хозяина, все остальные дети – гуси-лебеди. На одной стороне площадки дом, где живут хозяин и гуси, на другой – волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять, зеленой травки пощипать. Гуси уходят от дома далеко. Через некоторое время хозяин зовет гусей: «Гуси-лебеди, домой!» Гуси отвечают: «Старый волк под горой!» - «Что он там делает?» - «Сереньких, беленьких рябчиков щиплет». – «Ну, бегите же домой!» Гуси бегут домой, а волк их ловит. Пойманный выходит из игры. Игра кончается, когда все гуси пойманы.

3. Русская народная игра «Курочки»

Правила игры: Играющие выбирают хозяйку и петушка. Все остальные курочки. Петушок ведет курочек гулять, зернышки поклевать. Выходит хозяйка и спрашивает петушка: «Петушок, петушок, не видал ли мою курочку? «А какая она у тебя?» - спрашивает петушок. «Рябенькая, а хвостик черненький». – «Нет, не видел». Хозяйка хлопает в ладоши и кричит: «Кшш! Кшш!» Курочки бегут в дом, а хозяйка ловит их, петушок курочек защищает, он широко раскрыв крылья, встает на пути у хозяйки. Всех пойманных курочек хозяйка уводит в дом.

5. Русская народная игра «Платок»

Правила игры: Все участники игры встают в круг. Водящий с платочком идет за кругом, кладет его на плечо одному из играющих и быстро бежит по кругу, а тот, кому положили платок, берет его в руки и бежит за водящим. И тот и другой стараются занять свободное место в круге. Если игрок с платком догонит водящего и сможет положить ему платок на плечо, прежде чем тот займет свободное место в круге, тот вновь становится водящим, а игрок, отдавший платок, занимает свободное место. Если же убегающий первым встанет в круг, то водящим остается игрок с платком. Он идет по кругу, кому-то кладет платочек на плечо, игра продолжается.

Матрешка. Ой, ребята, что-то я утомилась, давайте мы с вами отдохнем, а я вам интересные потешки расскажу.

Грелась кошка у ворот,
Умывала лапкой рот,
Парикмахер петушок,
Подарил ей гребешок,
Причесал им кошку...

Воспитатель и дети. Нет, такого не бывает, - это понарошку.

Матрешка. В облаках медведь парил,
Чай с воронами он пил.
Вдруг на встречу крокодил,
Раз – и мишку проглотил,
Проглотил как мошку...

Воспитатель и дети. Нет, такого не бывает, - это понарошку.

Матрешка. Утром бабушка Варвара,
Комара несла с базара,
Видит: около плетня
С поросятами свинья,
Пляшет под гармошку...

Дети. Нет, такого не бывает, - это понарошку.

Петрушка. Ребята, отгадайте загадку.
Я копытами стучу,
Я скачу, скачу, скачу,
Грива вьется на ветру
Кто это? (Лошадь.)

А я знаю русскую народную игру, которая называется «Лошадки».

6. Русская народная игра «Лошадки»

Правила игры: Все участники игры делятся на тройки, в каждой тройке кучер и две лошадки. Водящий по ходу игры подает различные команды, лошадки их выполняют, а кучер управляет и внимательно смотрит, точно ли выполняют лошадки все движения. Лошадки идут шагом, бегут галопом по кругу, поворачивают направо, налево и т. д. На слова ведущего: «Лошадки, в разные стороны!» - кучер отпускает вожжи, и лошадки быстро разбегаются по площадке. На слова: «Найдите своего кучера!» - они как можно быстрее находят своего кучера. При повторении игры в каждой тройке кучер меняется.

7. Русская народная игра «Перебежки»

Правила игры: На противоположных сторонах площадки отмечают линиями два дома. Участники игры делятся на две равные группы и занимают дома. В середине площадки стоит водящий. Игрокам нужно из одного дома перейти в другой. Водящий их не пускает, он старается осалить перебегающих. Осаленный выходит из игры. Побеждает та группа, в которой оказывается большее число игроков в конце игры.

Матрешка и Петрушка принимают активное участие в играх, благодарят детей за интересный праздник.

Кубанское веселье.

Праздник для детей старшего дошкольного возраста и родителей.

Цель: совершенствование знаний о традициях кубанских казаков.

Задачи:

- развитие физических качеств: ловкости, меткости, стремления к победе;
- воспитание патриотических чувств, чувства сопереживания и взаимовыручки;
- создание радостного настроения у детей и взрослых.

Предварительная работа:

- Знакомство детей с бытом и традициями кубанских казаков;
- разучивание кубанских народных игр, считалок;
- выпуск буклетов для родителей «Играйте вместе с детьми»

Под музыку на спортивную площадку выходят Хозяин с Хозяйкой в кубанских костюмах.

Хозяин: Здравствуйте, дорогие гости, дети и их родители!

Спасибо, что мимо не прошли.

К нам на праздник зашли.

Хозяйка: Проходите не стесняйтесь.

Удобнее располагайтесь.

Кто мне скажет как называется наша малая Родина?

Правильно - Кубань..

Хозяин: Родные станицы, разливы пшеницы,

Плывет за комбайном комбайн.

Огни городские- гудки заводские-

Все это родная Кубань.

Хозяйка: Это реченька Кубань- нитка голубая,

Вот зеленый бережок, даль за ним степная.

Хозяин: О кубанских казаках взрослые хранят в своей памяти старинные казачьи песни и казачьи игры.

Сегодня я предлагаю всем вместе поиграть в старинные казачьи игры.

Но сначала предлагаю встать в кружок и поводить хоровод.

Хоровод «Змейка»

Хозяйка: Плясать мы плясали, а в игру мы не играли!

Эй, ребята, выходите – свою удаль покажите!

Игра «Плетень»

Сначала играют дети, затем взрослые.

Играющие стоятся шеренгами у 4 стен, взявшись за руки крест на крест. Дети 1 шеренги подходят к 2 шеренге и кланяются, отходят спиной на свое место кланяются. Движения повторяют дети 2, 3, и 4 шеренги.

По сигналу играющие разбегаются по всей площадке. По следующему сигналу дети строятся в свои колонны. Выигрывает колонна, которая первая построится.

Хозяин: Хорошо играете, интересно узнать, наши казачки хорошие хозяйки? Умеют ли клубочки мотать!

Проводится игра «Клубок» - мама с дочкой - кто быстрее смотает клубок.

Хозяйка: Хорошо наши девчата умеют играть.

Ну- ка, хлопцы, не отставайте, свою удаль покажите!

Игра «Кубанка- шапка казака»

Играют сначала дети затем взрослые.

Дети делятся на равные команды. Играющие по команде подбрасывают кубанку. Надо во время падения поймать ее саблей.

Хозяин: Хорошо вы все играли!

Не пора ли отдохнуть?

Давайте- ка вспомним с вами кубанские пословицы:

- казак и в беде не плачет;
- казак из пригоршни напьется, с ладони пообедает;
- казак без коня, что солдат без ружья;
- казаку конь себя дороже;
- казак сам голодает, а конь его сыт.

Игра « Напои коня»

В игре принимают участие дети и родители.

Ребенок становится за линию на расстоянии 2-3м. от игрушечной лошади .

Играющий берет в руку ведро и завязывает глаза. Нужно с завязанными глазами поднести ведро к лошади.

Хозяйка: Как на нашей улице весь народ волнуется:

Едут, едут казаки – удалые молодцы – шашки остры, кони чисты!

Игра – эстафета «Успей - сними»

Дети на «коне» скачут, перепрыгивая через «реку», различные препятствия.

Кто вперед доскачет до шеста, на который надета кубанка. Ее нужно надеть на саблю, и обратно доскакать до команды. Следующий участник скачет на лошади, проходя препятствия. Ему нужно повесить кубанку на шест и вернуться к своей команде.

Следующая игра **«Высокая гора»**

играют дети подготовительной группы.

Дети становятся в круг в кругу горкой наложены кубанки. Играющие идут по кругу и говорят:

Стоит гора, среди двора,
Супротив терема широкого,
Супротив крыльца высокого -
Не пройти, не проехать.

После слов прыгают через кубанки, кто задел, тот выходит из игры.

Вед. Игралия, игралочка,

Чудесная страна.

Каждый здесь не раз бывал,

Кто когда-нибудь играл.

Давайте все вместе поиграем в игру «Камень, сноп, гора»

Дети идут по кругу, на слово сноп- встают поднимают руки вверх скрестно.

На слово камень - приседают.

На слово гора- слегка наклоняются, руки за спину.

Ведущий:

Дайте детству наиграться
Вдоволь, досыта, не вкратце
Дайте детству наиграться,
Насмеяться, наскакаться.-

И последняя на нашем вечере игра «Лавата» Играют все.

Играющие становятся в круг. Идут по кругу и говорят

Мы танцуем тра-та-та
Танец веселый Лавата
Мои руки хороши
А у соседа лучше.

(мои плечи хороши, а у соседа лучше, мои уши хороши, а у соседа лучше
т.д.)

Ведущий:

Ну вот и все пора прощаться, желаю мира, счастья вам, ребята и вам
гости.

До свидания!

Картотека русских народных подвижных игр

Салки

(русская народная игра)

Перед началом игры надо выбрать водящего («сал ку»). По команде все дети кидаются врассыпную, а водящий начинает гоняться за одним из детей. Догнав убегающего ребенка и коснувшись его рукой, водящий произносит: «Я тебя осалил!» Теперь этот ребенок становится водящим и должен «осалить» другого.

Правила:

1. Водящий гоняется только за одним ребенком из группы.
2. Остальные дети, бегая по площадке, следят за сменой водящих и должны убегать врассыпную от нового водящего.

Змейка

(русская народная игра)

Все дети берут друг друга за руки, образуя живую цепь. Ребенок, стоящий первым, становится ведущим. Он начинает бежать, увлекая за собой всех остальных. На бегу ведущий несколько раз должен резко изменить направление движения всей группы: побежать в противоположную сторону, сделать резкий поворот (под углом 90°), закрутить цепочку «змейкой», описать круг и т.д.

Правила:

1. Все дети должны крепко держаться за руки, что бы «цепочка» не порвалась.
2. Игроки должны точно повторять все движения ведущего и стараться бежать «след в след».
3. Хорошо использовать в игре естественные препятствия: обегать вокруг деревьев, наклоняться, пробегая под их ветками, сбегать по склонам неглубоких оврагов. При игре в помещении можно создать «полосу препятствий» из больших кубиков или спортивных предметов (обручей, кеглей, гимнастических скамеечек).

Игру можно остановить, если «цепочка» порвалась, и выбрать нового ведущего.

«Кошки-мышки» (русская народная игра)

Выбирают водящего («кошка»). Другие дети — «мышки» — разбегаются в разные стороны, а «кошка» пытается догнать их. Игрок, которого он коснулся рукой, становится водящим.

Правила:

1. Водящий гоняется за разными детьми, пытаясь догнать того ребенка, который находится к нему ближе всего.

2. Если «кошка» хочет догнать какого-то определенного ребенка, то он должен сначала громко назвать его по имени. По условиям игры можно несколько раз менять «цель», т.е. называть другое имя и начинать гоняться за этим ребенком, если он оказался вблизи «пятнашки».

«Ворота» (русская народная игра)

Все дети разбиваются на пары и становятся лицом друг к другу. Они берутся за руки, которые поднимают высоко над головой, образуя «ворота». Дети из последней пары быстро пробегают под воротами и встают впереди всех, затем бежит следующая пара. Игра заканчивается, когда все дети пробегут под воротами.

Правила:

1. Дети держат друг друга за руки, пробегая под воротами.
2. Нельзя задевать «ворота».
3. Во время игры можно изменять высоту ворот, по степенно «опуская руки»: это значительно усложнит выполнение задания.

«Капканы» (русская народная игра)

Для этой игры выбирается несколько игроков, которые встают парами, лицом друг к другу - это «капканы». «Капканы» должны быть расставлены по игровому полю равномерно. Остальные дети бегают, свободно пробегая через «капканы», пока они открыты.

Неожиданно «капканы» закрываются: водящие опускают руки (сигналом может служить свисток судьи или прекращение музыки). Те дети, которые в этот момент пробегали через капканы, оказываются в ловушке.

Пойманные игроки и дети, изображавшие в игре «капканы», берутся за руки и становятся в круг, поднимая сомкнутые руки вверх. Остальные игроки образуют «цепочку», которая змейкой вьется по кругу, про бегая через «капканы». «Капканы» закрываются снова, и опять некоторые дети оказались в ловушке: теперь внутри круга.

Правила:

1. Игра продолжается до тех пор, пока на свободе не останется всего несколько детей.
2. Игру можно повторять 2—3 раза, заменяя «капканы».
3. В конце игры надо отметить самых ловких игроков и самый удачливый «капкан».

«Золотые ворота — круговые» (русская народная игра)

В этой игре половина игроков образует круг, взявшись за руки и подняв их вверх — это круглые ворота. Остальные дети образуют живую цепочку, которая поочередно огибает каждого игрока, стоящего в круге. Дети, изображающие «ворота», повторяют речитативом стих

На последнем слове дети опускают руки и ловят тех, кто оказался внутри круга.

Пойманные дети образуют вместе с детьми, уже стоявшими в круге, еще больший круг, и игра продолжается. Постепенно цепочка игроков становится все короче, а детей в круге — все больше.

Игра заканчивается, когда вне круга остаются всего несколько детей.

«Два Мороза» (русская народная игра)

Для этой игры надо выбрать двух водящих — «двух морозов».

Один — «Мороз Красный нос», а другой — «Мороз Синий нос». Обозначаются две крайние линии на противоположных концах поля: здесь можно прятаться от «морозов». По полю гуляют два «мороза». Они громко произносят: «Я — Мороз Красный нос!», «А я — Мороз Синий Нос». А потом вместе спрашивают у детей: «Ну-ка, кто из вас решится в путь-дороженьку пуститься?»

Дети хором отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз!» После этого дети стараются быстро перебежать из одного конца поля на другой, чтобы успеть спрятаться за спасительную линию границы поля, где мороз им уже не страшен. «Морозы» стараются догнать и «осалить» бегущих через поле детей.

Если «мороз» коснулся рукой ребенка, то он считается «замороженным». Этот игрок должен замереть («замерзнуть») в той позе, в которой его настигнул «мороз»

Волк и овцы (русская народная игра)

Перед началом игры надо выбрать «волка» и «пастуха», остальные дети будут «овцами». На противоположных сторонах площадки обозначают границы двух «овчарен» — это места, где «овцы» могут спастись от волка. Перед началом игры все «овцы» должны расположиться на краю поля, в одной из «овчарен». В центр площадки очерчивают круг: здесь будет «волчье логово». Дети хором произносят: Пастушок, пастушок, Заиграй в рожок! Травка мягкая, Роса сладкая. Гони стадо в поле, Погулять на воле!

«Пастух» играет в «рожок» и так выпускает своих «овечек» погулять по заливному лугу. «Волк» внимательно следит за пасущимися «овечками» из своего «логова». Когда «пастух» крикнет: «Волк!», «овечки» должны успеть добежать до другой овчарни, на противоположной стороне поля. А «волк» выскакивает из своего «логова» и пытается их поймать («осалить»).

«Пастух» защищает «овечек», загораживая их от «волка». «Овечки», которых «волк» поймал, выходят из игры.

Правила:

«Волк» не должен ловить «овечек», достаточно только «осалить» их.

1. «Пастух» не должен задерживать «волка», хватать его руками, он может только заслонять своих «овечек».

«Овечкам» нельзя возвращаться в ту «овчарню», из которой они вышли на пастбище. Они должны обязательно перебежать «поле», попав на его противоположную сторону, минуя «волчье логово».

«Ястреб и утки» (русская народная игра)

Игра проводится на улице. Необходимо разделить участок на несколько зон: «камышы», «озеро». На другом конце поля располагается «ястреб» — это ведущий, который будет ловить «уток». «Утки» должны по команде убегать от «ястреба», по дороге к «озеру» прячась в «камышках». «Камыши» — это несколько игроков, которые располагаются в произвольном порядке. «Утки» спасаются сначала среди «камышей», потом — в «озере», где «ястреб» уже не может их ловить. Если «ястреб» сумел «осалить» нескольких уток, то они считаются пойманными и выходят за пределы игрового поля.

«Жмурки» (русская народная игра)

Перед началом игры по жребию определяют, кто будет водящим. Ему плотно завязывают глаза, чтоб он не мог ничего видеть, и ставят лицом к стенке. Водящий громко считает: «Раз, два, три, четыре, пять я иду искать». За это время остальные дети должны спрятаться. Водящий на ощупь пускается на поиски детей, а те, перебегая с места на место, стараются не шуметь, чтобы он не услышал, где они находятся. Водящий пытается сначала поймать игрока, а затем, если ему это удалось, должен определить, кто перед ним. Угаданный игрок сам становится водящим.

«Лепта» (русская народная игра)

Игроки делятся на две команды, в каждой команде выбирают своего водящего, он будет подавать мяч первым.

Игра проводится на улице. С одной стороны игрового поля находится «город», а с другой, на расстоянии 10—20 м, чертится линия кона. Игроки «города» располагаются на его территории, игроки поля в произвольном порядке располагаются в «поле». Водящий первым подбрасывает мяч и с помощью лапты направляет его в «поле», быстро бежит к линии кона, а

затем также быстро возвращается в «город». Игроки «поля» ловят мяч в воздухе или поднимают его там, где он упал, и с этого места они могут «пятнать» бегущего противника, если он еще находится в «поле».

Волк и козлята

(русская народная игра)

На площадке проводят две линии, за которыми находятся «дом Волка» и «дом Козлят», между линиями — «поляна». Считалкой выбирают Волка, он идет в свой дом и «ложится спать». Козлята идут в свой «дом». Через некоторое время Козлята выходят на полянку и говорят:

— Пока Волк спит, можно и погулять. Немного погуляв, Козлята спрашивают:

- Волк, Волк, ты встаешь?

Волк, потягиваясь, отвечает:

- Нет еще, только правый глаз открыл...

Козлята резвятся дальше. Постепенно Волк просыпается, неожиданно выскакивает из своего «логова» и начинает ловить Козлят. Игра заканчивается, когда Волк переловит всех Козлят. Самый ловкий Козленок, который остался последним, считается победителем и становится Волком в следующий раз.

Волк бежит по «поляне» и ловит Овец, пойманный становится Волком, и игра возобновляется.

День и ночь

(русская народная игра)

На некотором расстоянии друг от друга проводятся две линии. У одной линии выстраиваются мальчики — команда «Ночь», у другой становятся девочки — команда «День». По команде водящего «ночь!» мальчики ловят девочек, по команде «день!» девочки ловят мальчиков. Пойманные переходят в команду соперника.

Ежик и мыши

(русская народная игра)

Выбирают считалкой Ежика и водящего. Остальные участники делятся на детей и Мышей и становятся в круг. Ежик — в центре круга. По сигналу водящего все идут вправо, Еж — влево. Участники говорят:

Бежит ежик — тупу-туп, Весь колючий, острый
зуб! Ежик, ежик, ты куда? Что с тобою за беда?

После этих слов все останавливаются. К Ежу подходит один из детей и говорит:

Ежик ножками туп-туп! Ежик глазками луп-луп!
Слышит ежик — всюду тишь, Лишь скребется в
листьях мышь!

Еж имитирует движения: осторожно ходит, прислушивается. Мыши в это время бегают вокруг. Ведущий говорит:

Беги, беги, ежик,
Не жалея ножек,
Ты лови себе мышей,

Не лови наших детей!

Мышки бегают по кругу, выбегая и за круг. Еж их ловит (*пятнает*). Игроки быстро приседают и опускают руки. Мышка поймана: она в мышеловке. Игра повторяется несколько раз.

Золотые ворота

(русская народная игра)

Все участники делятся на две группы, в одной должно быть четное число человек. Они образуют пары, встают лицом к лицу и поднимают вверх руки, получаются «ворота». Участники второй группы берутся за руки, образуя цепочку.

Цепочка должна быстро пройти через «ворота». Участники-«ворота» громко проговаривают считалку:

Золотые ворота, Проходите, господа! Первый
раз прощается, Второй раз запрещается, А на
третий раз Не пропустим вас!

С этими словами руки опускаются, «ворота» закрываются. Участники, которые оказались пойманными, становятся «воротами». Игра продолжается некоторое время.

Кошки-мышки

(русская народная игра)

Считалкой выбирают Кошку и Мышку (желательно, чтобы Кошкой был более сильный участник). Затем все остальные участники берутся за руки и образуют круг, внутри которого бегают Мышка. Кошка находится снаружи и пытается поймать Мышку, проникнув в круг. Остальные игроки ее не пускают. Она должна разорвать сцепленные руки и пробиться в круг. Кошка может также «поднырнуть» под руки или перепрыгнуть через них. После этого Мышка может выбраться наружу. Когда Кошка поймает Мышку, они становятся в круг и выбирают новые Кошка и Мышка.

Серый волк

(русская народная игра)

На расстоянии 20-30 м одна от другой чертят две линии, за одной линией — «логово» Волка, за другой — «дом». Считалкой выбирают Серого Волка и водящего. Присев на корточки, Серый Волк прячется за одной чертой (в кустах или в густой траве). Остальные игроки находятся на противоположной стороне за другой чертой. По сигналу все идут «в лес собирать ягоды». Водящий спрашивает, а дети хором отвечают:

- Куда вы спешите?
- В дремучий лес.
- Что вы делать там хотите?
- Малины наберем.
- Зачем малина?
- Варенье варить.
- А если встретите волка?
- Волк нас не догонит.

После этих слов Серый Волк выскакивает из укрытия и гонится за детьми, а они быстро убегают за черту — «домой». Пленников он уводит в «логово» — туда, где прятался сам. Выигрывает тот, кого Волк не поймает.

Пчелки и ласточка

(русская народная игра)

Считалкой выбирают Ласточку и на возвышении отмечают небольшой круг — ее «гнездо». Остальные участники — Пчелы — «летают» по «поляне» и напевают:

Пчелки летают,
Медок собирают!
Зум, зум, зум! Зум, зум, зум!

Ласточка сидит в своем «гнезде» и слушает их песенку. По окончании песни Ласточка говорит:

Ласточка встанет, Пчелку поймает.

После этого Ласточка вылетает из «гнезда» и ловит Пчел, кото рые «летают» по всей площадке. Пойманный играющий становится Ласточкой, игра повторяется.