**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад №40**

**муниципального образования Каневской район**

**Картотека**

**Русские народные игры**

**для детей дошкольного возраста**

****

**Автор: инструктор**

**по физической культуре**

**А. Г. Мезенцева**

**Содержание**

1. Введение  ................................................................................................3

2. Комплексы игр

 - с бегом .........................................................................................4

            - с прыжками .................................................................................9

  - с мячом .......................................................................................11

 - малой подвижности ..................................................................13

3. Список литературы ..............................................................................16

**Введение**

 В настоящее время актуальной является задача сохранения национальных традиций, формирования национального самосознания человека. Детский сад, решая задачи разностороннего развития детей средствами русской народной культуры, отдает предпочтение русским народным играм.
 Такие игры вобрали в себя лучшие национальные традиции. В них ярко отражается образ жизни людей, их труд, быт, национальные устои. В народных играх много юмора, шуток, задора, что делает их особенно привлекательными для детей. Доступность и выразительность народных игр активизирует мыслительную работу ребенка, способствует расширению представлений об окружающем мире, развитию психических процессов. В народных играх есть все: и фольклорный текст, и музыка, и динамичность действий, и азарт. В то же время они имеют строго определенные правила, и каждый играющий приучается к совместным и согласованным действиям, к уважению всеми принятых условий игры. В таких играх можно отличиться, если это не нарушает установленного порядка – в этом и заключается педагогическая ценность народных игр.
 Педагоги детского сада широко используют народные игры на занятиях, в повседневной жизни ребят, на прогулке, на праздниках и развлечениях. К ребятам приходят различные персонажи из сказок, которые играют с ними в подражательные игры - «Петя-петушок», «Вышла курочка гулять; хороводные – «Заинька», «Коза»; игры-забавы – «Бабка-ежка»; для детей старших и подготовительных групп игры-состязания. В повседневной жизни, особенно на прогулке, наши воспитанники любят играть в так называемые дворовые игры: «Салочки», «Море волнуется», «Мой веселый звонкий мяч».

 Я считаю, что использование народных игр в работе с детьми позволяет воспитателю донести до детей самобытность русского народа, колорит его обычаев, своеобразие русского языка, сформировать интерес к русской народной культуре, к ее традициям.

**Игры с бегом**

|  |  |
| --- | --- |
| **«Пустое место»**В «Пустое место» играют дети всех возрастов (самостоятельно), от 6 до 40 человек.***Описание.*** Играющие, кроме водящего, становятся в круг, водящий - за кругом. Все кладут руки за спину или просто опускают их вниз. Водящий ходит за кругом и дотрагивается до кого-либо, касаясь спины или рук. Это означает, что он вызывает данного игрока на соревнование. Дотронувшись, водящий бежит в любую сторону за кругом, а вызванный - в обратную сторону по кругу. Встретившись, они или просто обходят яруг друга или здороваются (приседая, кланяясь и т. п.) и продолжают быстрее бежать по кругу, чтобы занять освободившееся место. Кто займет, тот там и остается, а оставшийся без места становится водящим.***Правила.***Водящий не имеет права ударять вызываемого. Он может только коснуться его.Водящий может сразу броситься бежать в ту или другую сторону. Вызванный следит за ним и, как только увидит, в каком управлении он бежит, устремляется в обратную сторону по кругу.При встрече выполняют разные задания (по договоренности). Кто не выполнит, тот становится водящим. | **"Третий лишний»**Количество участников - от 8 до 40 человек.***Описание.*** Играющие становятся по кругу парами, лицом к его центру так, что один из пары находится впереди, а другой - сзади него. Расстояние между парами - 1-2 м. Двое водящих занимают место за кругом. Один из них убегает, а другой его ловит. Спасаясь от погони, убегающий может встать впереди любой пары. Тогда стоящий сзади оказывается «третьим лишним». Он должен убегать от второго водящего. Если догоняющий поймает (коснется, осалит) убегающего, то они меняются ролями. Таким образом, водящие все время меняются.Эта общеизвестная и любимая молодежью игра становится еще более интересной, если ее дополнить следующим: когда убегающий станет впереди какой-либо пары, то «третий лишний», находящийся позади, не спасается бегством от догоняющего, а сам начинает преследовать его.***Разновидности игры:***- играющие становятся в парах лицом друг к другу и берутся за руки. Убегающий, спасаясь, становится под руки к кому-нибудь спиной. К кому станет спиной, тот «третий лишний», который должен убегать;- игра проводится под музыку. Играющие прогуливаются парами, держась под руку, а свободные руки кладут на пояс. Убегающий, спасаясь от преследования, может в любой момент взять кого-нибудь из гуляющих под руку. Тогда стоящий с другой стороны пары становятся убегающим.***Правило.*** Убегающему от преследования нельзя мешать. |
| **"Ястреб"*****Описание.*** Дети собираются, количеством до 16 и больше и бросают меж собою жребий. Выбираемый по жребию представляет ястреба. Остальные дети берутся за руки и становятся парами, образуя несколько рядов.Впереди всех помещается ястреб, который может смотреть только вперед и не смеет оглядываться. По данному сигналу, пары внезапно отделяются друг от друга и бросаются бегом в различные стороны, в это время ястреб догоняет их, стараясь кого-нибудь поймать.Потерпевший, т. е. очутившийся в когтях ястреба, меняется с ним ролями.Дети во время бега стремятся бросить в ястреба платок или свернутый жгут, — если они попадают в него, он считается убитым и из среды детей выбирается на его место другой. |
| **"У медведя во бору"**Игра для самых маленьких. ***Описание.*** Из всех участников игры выбирают одного водящего, которого назначают "медведем". На площадки для игры очерчивают 2-ва круга. 1-ый круг – это берлога "медведя", 2-ой – это дом, для всех остальных участников игры.Начинается игра, и дети выходят из дома со словами:У медведя во боруГрибы, ягоды беру.А медведь не спит,И на нас рычит.После того, как дети произносят эти слова, "медведь" выбегает из берлоги и старается поймать кого-либо из деток. Если кто-то не успевает убежать в дом и "медведь" ловит его, то уже сам становится "медведем" и идет в берлогу. |
| **"Сокол и лиса"*****Описание.*** Считалкой выбирают Сокола и Лису, остальные дети — Соко­лята. Сокол учит Соколят «летать»: бегает в разных направлениях и машет «крыльями». Соколята бегают за Соколом и точно пов­торяют его движения. Вдруг выскакивает из норы Лиса. Соколята быстро приседают на корточки, чтобы Лиса их не заметила. Лиса ловит только тех, кто не присел. | **"Цепи кованные"*****Описание.*** Две шеренги детей, взявшись за руки, становятся друг против друга на расстоянии 15-20м. Одна шеренга детей кричит:- Цепи, цепи, разбейте нас!Кем из нас? - отвечает другая- Степой! - отвечает перваяРебенок, чье имя назвали, разбегается и старается разбить вторую шеренгу (целится в сцепленные руки). Если разбивает, то уводит в свою шеренгу ту пару участников, которую он разбил. Если не разбивает, то встает в шеренгу, которую не смог разбить. Выигрывает та команда, где оказывается больше игроков. |
| **"Гуси -гуси..."*****Описание.*** По краям игровой площадки располагаются два «дома», в одном из которых собираются игроки - «гуси». Выбранный на роль «волка» помещается в круг, символизирующий его логово. Ведущий отправляется в пустой «дом» и заводит диалог с «гусями»:- Гуси, гуси!- Га-га-га!- Есть хотите?- Да-да-да!- Так летите же домой!- Нам нельзя:Серый волк под горойНе пускает нас домой!- Ну, летите, как хотите,Только крылья берегите!«Гуси», взмахивая крыльями, пытаются переправиться в другой дом, а «волк их ловит». Пойманный игрок становится «волком». | **"Мышеловка"*****Описание.*** Все становятся в круг, взявшись за руки - это мышеловка. Один или двое - «мышки». Они вне круга. Взявшись за руки и подняв их вверх, двигаются по кругу со словами:Ах, как мыши надоели,Все погрызли, всё поели!Берегитесь же, плутовки,Доберёмся мы до вас!Вот захлопнем мышеловкуИ поймаем сразу вас!Во время произнесения текста "мыши" вбегают и выбегают из круга. С последним словом "мышеловка захлопывается" - опускают руки и садятся на корточки. Не успевшие выбежать из круга "мышки" считаются пойманными и встают в круг. Выбираются другие "мышки". |
| **"Горелки"*****Описание.*** Это, можно сказать, «классика жанра». Игроки располагаются попарно, взявшись за руки и образуя колонну. Водящий встает впереди. Все хором громко говорят или распевают:Гори, гори ясно,Чтобы не погасло.Гори, гори ясно,Чтобы не погасло.Глянь на небо -Птички летят.Колокольчики звенят!Раз, два, три - беги!!!***Другой вариант:***Гори-гори ясно,Чтобы не погасло.И раз, и два, и три.Последняя пара, беги!В любом случае, при слове «беги» стоящие в последней паре размыкают руки и мчатся в начало колонны, обегая ее с разных сторон (один - слева, другой - справа), а водящий пытается поймать кого-то из них до того как пара, встретившись, вновь возьмется за руки.Если это получается, то вместе с пойманным игроком водящий встает в первую пару колонны, а тот, кого не поймали, становится водящим. | **"Мороз - Красный нос"*****Описание.*** По краям игровой площадки очерчиваются границы двух «домов». В одном из них собираются игроки.Водящий, т.е. Мороз - Красный нос, встает посреди площадки и говорит:Я Мороз - Красный нос,Всех морожу без разбора.Разберусь со всеми скоро,Кто сейчас решитсяВ дальний путь пуститься!Играющие в ответ скандируют:Не боимся мы угрозИ не страшен нам мороз!И тут же бегут в противоположный «дом». Мороз пытается их догнать и «заморозить»: те, кого он успевает коснуться рукой, замирают на месте.По окончании перебежки они либо выбывают из игры, либо остаются в «замороженном» положении на последующие туры. В этом случае выигрывает тот, кто останется последним, избежавшим прикосновения Мороза. |
| **"Жмурки"**Дети часто и охотно играют в жмурки, в особенности малолетние, так как игра эта очень проста. Местом для нее избирают большую, просторную комнату или чистый двор.***Описание.*** Дети выбирают из своей среды одного, накладывают ему на глаза повязку, пользуясь чистым носовым платком или т. п. По данному сигналу, участвующие в игре бросаются в разные стороны, а мальчик с повязкой на глазах, стоящий среди двора или комнаты, старается поймать кого-нибудь из бегущих.Попавшийся меняется с ним ролями, т. е. ему накладывают повязку на глаза и он, в свою очередь, старается также поймать кого-нибудь из товарищей.***Правило.*** Дети должны во время бега следить, чтобы тот из них, у которого глаза завязаны, не наткнулся на какой-нибудь предмет; при виде опасности они предупреждают криком: "огонь"! |
| **"Липкие пеньки"*****Описание.*** Водящие (их несколько человек одновременно) при­саживаются на корточки, а остальные игроки бегают между ними. Водящие пытаются, неподвижно сидя на корточках, поймать или хотя бы коснуться руками («ветками») пробегающих детей. Если им это уда­лось, то пойманный ребенок становится водящим, и теперь сам должен ловить («приклеивать») веселых бегунов.***Правила.*** Нельзя ловить игроков за одежду. "Пеньки не должны сходить с места. |
| **"Салки" ("Пятнашки", "Ловитки", "Ловишки", "Ляпки" и др.)**Эта игра имеет разные названия и правила, но основное содержание сохраняется: один или несколько водящих ловят других игроков и, если поймают, меняются с ними ролями.Игра может проводиться в самых различных условиях: в помещении, на воздухе, детьми всех возрастов, молодежью и взрослыми. Количество участников - от 3 до 40 человек. Игра не требует руководителей, судей.***Описание.*** По жребию или по считалке выбирают одного водящего - "салку". Условно устанавливаются границы площади игры. Все разбегаются в пределах этой площади. Водящий объявляет: "Я - салка!" - и начинает ловить играющих в установленных пределах площадки. Кого догонит и осалит (дотронется), тот становится "салкой" и объявляет, подняв руку вверх: "Я - салка!" Он начинает ловить играющих, а бывший "салка" убегает со всеми. Игра не имеет определенного конца.***Разновидности "Салок"***:- "Салки с домом". Для убегающих чертится на площадке "дом", в котором они могут спасаться от "салки", но долго находиться там не имеют права.- Салки "Ноги от земли". Спасаясь от "салки", играющие должны оторвать ноги от земли (пола). С этой целью они залезают на какой-либо предмет или садятся, ложатся, подняв ноги вверх. В таком положении "салка" не имеет права их салить.- Салки "Давай руку". В этой игре убегающий от "салки"кричит: "Дай руку!" Если кто-либо из товарищей возьмется с ним за руку, то водящий не имеет права их осаливать. Если же с другой стороны присоединится еще игрок, т. е. их будет трое, водящий имеет право салить любого крайнего.- "Салки - пересекалки". Убегающие могут выручать друг друга, пересекая дорогу между догоняющим "салкой" и тем, кто убегает. Как только кто-либо перебежит дорогу, "Салка" должен ловить его. Тут снова кто-либо стремится выручить товарища и перебегает дорогу, "салка" начинает ловить его, и так все стремятся спасать товарища, за которым бежит "салка". Водящий ("салка") должен быстро переключаться и ловить нового игрока, перебежавшего дорогу. |
| **"Кошки и мышки"**Лучшим местом для этой игры служит просторная площадь на открытом воздухе. При этой игре детям предоставляется широкая возможность порезвиться и побегать на открытом воздухе, что для развития и укрепления их физических сил имеет громадное значение***Описание.*** Участники этой игры, в количестве до 25 и больше, без различия пола, выдвигают одного из сверстников в роли мышки и других двух в роли кошек.Остальные дети берут друг друга за руки и образуют незамкнутый круг, в одном месте которого два по соседству находящихся участника опускают по одной из своих рук, образуя таким образом род открытых "ворот", при чем кошкам разрешается проникновение в круг исключительно через эти "ворота", мышке же, кроме того, еще через все прочие промежутки, образуемые между детьми. Игра эта основана на том, что кошки стремятся во что бы то ни стало поймать мышку; лишь только это случилось, трое этих более всего активных участников берутся за руки и примыкают к остальным для образования того же круга, при чем им на смену выдвигаются новая мышка и кошки и т. д. до тех пор, пока все дети не побудут в этих ролях. |
| **"День и ночь"*****Описание.*** 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. |
| **"Яша"*****Описание.*** Эта игра - самая что ни на есть старинная.Водящий - Яша (т.е. Ящер - хозяин подводного и подземного мира, одна из ипостасей Велеса) сидит в центре круга, образованного остальными участниками игры. Взявшись за руки, они движутся в хороводе, припевая:Сидит-сидит ЯшаПод ореховым кустом.Грызет-грызет ЯшаОрешки каленые,Милому дареные...После этого происходит диалог:- Чего Яша хочет?- Жениться хочу.- Бери себе девку,Которую хочешь.Участники хоровода разбегаются врассыпную, а «Яша» ловит кого-нибудь: если поймает девицу, то целует ее, если парня - тот становится водящим. | **"Капканы"*****Описание.*** 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, про­бегая 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».
 |
| **«Солнышко»** ***Описание.*** Играющие образуют круг. В центре круга - «солнышко», в руках у него четыре обруча жёлтого цвета. Дети идут по кругу. Солнышко движется в противоположном направлении, раскладывая обручи, ближе к играющим:«Солнышко, солнышко,Погуляй у речки,Солнышко, солнышко,Раскидай колечки!Мы колечки соберём.Золочённые возьмём».Дети, стоящие рядом с обручем, берут его и образуют маленький круг.«Покатаем, поиграем,И опять тебе вернём!»Играющие кладут обратно на пол обручи.По сигналу ведущего (удар в бубен, фортепиано и т.д.) все разбегаются врассыпную, по следующему сигналу каждая команда собирается возле своего обруча. Выигрывают те, кто сделал это быстрее.***Правила:*** После второго сигнала, команды собираются возле обруча и не берут его в руки. |
| **Игры с прыжками** |
| **"Удочка "** ***Описание.*** Все игроки образуют круг. Выбирается один водящий, который становиться в центр круга. Водящему выдается веревочка. Водящим может быть и взрослый. Водящий начинает вращать веревочку. Задача всех игроков в кругу перепрыгнуть через нее и не быть пойманными. ***Вариантов развития игры два.***1-ый вариант: без смены водящего (взрослый). В данном случае те, кто попался на удочку, выбывают из игры и выходят за пределы круга. Игра проводится до тех пор, пока в кругу не останутся самые ловкие и прыгучие дети (3-4 человека).2-ой вариант: со сменой водящего. Та "рыбка", которая попадается на удочку, занимает место в центре круга и становится "рыбаком". | **"Хромая лиса"** Количество участвующих детей может быть как угодно велико. ***Описание.*** Собравшись на просторном дворе или в большой комнате, они выбирают одного из участвующих, которому дают прозвище хромой лисы.На месте, выбранном для игры, очерчивают круг довольно больших размеров, в который входят все дети, кроме хромой лисы. По данному сигналу дети бросаются бегом по кругу, а хромая лиса в это время скачет на одной ноге и старается во чтобы то ни стало запятнать кого-нибудь из бегущих, т. е. прикоснуться к нему рукой.Лишь только ей это удалось, она входит в круг и присоединяется к остальным бегущим товарищам, потерпевший же принимает на себя роль хромой лисы.Дети играют до тех пор, пока все не перебывают в роли хромой лисы; игру, однако, можно прекратить раньше, при первом появлении признаков утомления.***Правила.*** Для правильного ведения игры необходимо соблюдать следующие условия: дети, вошедшие внутрь круга, должны, бегать лишь в нем и не выходить за очерченную линию, кроме того, участвующий, избранный хромой лисой, должен бегать лишь на одной ноге. Главные элементы этой игры составляют бег и прыжки. |
| **"Эстафета со связанными ногами"*****Описание.*** Всем участникам завязываются ноги плотной широкой веревкой или платком. После чего все становятся около исходной линии и по сигналу начинают прыгать в сторону финишной черты. Победителем является тот, кто быстрее всех преодолел расстояние.  | **"Волки во рву"*****Описание.*** Для этой игры потребуются "волки", не более 2-х, 3-х человек, а все остальные дети назначаются "зайцами". В центре площадки чертится коридор шириной около 1-го метра (ров). "Волки" занимают пространство внутри коридора (рва). Задача "зайцев" – перепрыгнуть ров и не быть осаленными одни из "волков". Если "зайчика" осалили и он попадается, ему следует выйти из игры. Если во время прыжка "заяц" ногой наступил на территорию рва, то он провалился и тоже выходит из игры.  |
| **"Охотник и зайцы"**Игра проводится на открытом пространстве. ***Описание.*** Из всех игроков выбирается один охотник, все остальные изображают зайцев, стараясь прыгать на двух ногах. Задача охотника поймать самого не проворного зайца, осалив его рукой. Но в игре существует одно немаловажное условие, охотник не имеет права ловить зайца, если тот находится на "дереве". В контексте данной игры деревом будет являться любая щепочка или же пенек. Это условие сильно усложняет охотнику жизнь, что часто во время игры приводи его в негодование. Однако, как только удается осалить одного из зайцев, он тут же становится охотником, принимая на себя незавидную обязанность – ловить зайцев. | **"Бой петухов"*****Описание.*** Игра проводится практически по тем же правилам, что и игра Гуси. Основное отличие заключается в том, что игроки, прыгая на одной ноге, закладывают руки за спину и толкаются не ладошками, а плечо в плечо. Побеждает игрок, которому удастся вытолкнуть соперника за пределы круга или же если соперник встанет на обе ноги. ***Правило.*** Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед.  |
| **"Бабка - Ежка"*****Описание.*** Дети образуют круг. В середину круга встает водящий - Бабка-Ежка, в руках у нее "помело". Вокруг нее дети водят хоровод и поют: Бабка-Ежка - Костяная НожкаС печки упала, ногу сломала,А потом и говорит: - "У меня нога болит".После этих слов Бабка-Ежка скачет на одной ноге и старается кого-нибудь коснуться "помелом". Все разбегаются.К кому прикоснется - тот "заколдован" и замирает.***Правила.*** "Заколдованный" стоит на месте. Выбирается другой водящий, когда "заколдованных" станет много. | **«Здравствуй, сосед!»** ***Описание.*** Играющие делятся на две группы и встают лицом друг к другу на расстоянии вытянутых рук. Первые игроки- ведущие, начинают игру: встают на одну ногу и скачут в направлении другой команды. Не останавливаясь, они обращаются к игроку: «Здравствуй, сосед!» Тот к кому обращаются, отвечает: «Здравствуй!» - и прыгает за ведущим. Игра заканчивается, когда дети образуют одну цепь. |
| **"Лягушки на болоте"*****Описание.*** С двух сторон очерчивают берега, в середине - болото. На одном из берегов находится журавль (за чертой). Лягушки располагаются на кочках (кружки на расстоянии 50см) и говорят:Вот с намокнувшей гнилушкиВ воду прыгают лягушки.Стали квакать из водыКва-ке-ке, ква-ке-кеБудет дождик на реке.С окончанием слов лягушки прыгают с кочки в болото. Журавль ловит тех лягушек, которые находятся на кочке. Пойманная лягушка идет в гнездо журавля. После того, как журавль поймает несколько лягушек, выбирают нового журавля из тех, кто ни разу не был пойман. Игра возобновляется. |
| **Игры с мячом** |
| **"Переездной конь"**В игре могут с успехом принимать участие, как взрослые, так и дети, особенно во время массовых праздников. ***Описание.*** Все участники делятся на две команды: одни – "кони", другие – "наездники". "Наездники" садятся на "коней" и образуют круг. Одному из "наездников" вручается мяч. "Наездники" передают мяч по кругу в ту или иную сторону, например, вправо. И нужно, чтобы мяч прошел несколько кругов, по договоренности до игры. После чего команды меняются местами, но, как правило, игра складывается иначе. Если во время переброски мяча он оказывается на земле, то команды моментально меняются местами: "кони" становятся "наездниками", а "наездники" – "лошадками. | **"Лапта"*****Описание.*** 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». |
| **" В узелок"*****Описание.*** Водящий должен отойти на несколько шагов от ос­тальных детей, которые стоят или усаживаются в кру­жок. Расстояние между детьми должно быть примерно 1,5—2 м.Игроки перекидывают узелок (или мяч) по кругу, своим соседям слева или справа, а водящий бегает за кругом и пытается его поймать. Если ему удастся хотя бы коснуться узелка на лету или в руках у одного из игроков, то игрок, не сумевший защитить узелок, ста­новится водящим. Игра продолжается. | **"Свечки"*****Описание.*** Все дети встают в круг, а водящий становится в центр круга и бросает мяч вверх со словами: «Свечка!» Пока мяч находится в воздухе, все дети кидаются врассып­ную, стараясь убежать как можно дальше от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стоп!» Дети должны остановиться, а водящий пытается мячом по­пасть в ближайшего от него игрока. Если ему это уда­лось, то этот игрок становится водящим. |
| **"Вышибалы"*****Описание.*** Перед началом игры по жребию определяют двух «вышибал». Они становятся на противоположных кон­цах площадки. Остальные дети выстраиваются в ряд на середине площадки, лицом к «вышибале», у которо­го мяч. «Вышибала» с размаху бросает мяч, пытаясь задеть любого из игроков на середине поля. Если ему это удалось, то такой игрок считается выбывшим из игры: он должен отойти за границы площадки. Мяч, проскочивший мимо игроков, должен поймать другой «вышибала»: теперь его очередь бросать. | **"Большой мяч"**Игра, в которой необходимо образовать круг. ***Описание.*** Дети берутся за руки, и выбирается один водящий, который становится в центр круга и около его ног находится большой мяч. Задача игрока, находящегося в центре, ударом ноги по мячу вытолкнуть его за пределы круга. Тот игрок, который пропускает мяч, выходит за пределы круга, а тот, кто попал, становится на его место. При этом все поворачиваются спиной к центру круга и стараются не пропустить мяч уже в центр круга. ***Правило.*** Важным условием является то, что мяч в течение всей игры нельзя брать в руки |
| **"Елы"**Очень интересная игра, получившая широкое распространение в разных регионах и имеющая несколько модификаций. ***Описание.*** Все играющие находятся неподалеку друг от друга и роют маленькие ямки, каждый для себя. После чего становятся одной ногой в ямку. За исключением водящего, у которого в руках находится палка метровой длины и шар (мяч). У всех "полевых" игроков также есть палки. Водящий ударяет палкой по шару и старается пасть им в остальных игроков. Как только игроки в поле видят, что мяч катится в их сторону, стараются отбить шар, бросив в него палкой. Если игрок не попадает, то ему могут помочь его товарищи. Как только мяч отбит, водящий бежит за мячом, дотрагивается до него и пытается занять место того, кто метал палку и должен ее забрать. Если водящий успевает занять "пустое место", ямку, игрок которой убежал за палкой, то происходит смена водящего. | **"В ногу"**Народная казацкая игра, получившая свое распространение в 19-м веке. Игра требует проявления меткости и ловкости от ее участников. ***Описание.*** Дети делятся на 2-ве равные по числу команды. Вдоль одной из линий чертятся круги диаметром около 30-ти сантиметров, согласно количеству игроков одной команды. После этого, игроки одной команды строятся шеренгой по линии, поставив одну ногу в нарисованный круг. Игроки противоположной команды стоят напротив, на определенном, заранее установленном расстоянии. Их задача попасть мягкими мячами в игроков команды-соперницы. Игра длится по количеству установленных бросков (например, по 5), после чего команды меняются местами. За каждое попадание можно начислять баллы. Побеждает команда, набравшая большее количество баллов. ***Правила.*** Во время игры запрещается бросать мяч в лицо, а игрокам, находящимся в кругах, отрывать ногу, находящуюся в кругу от земли.  |
| **«Зевака»** ***Описание.*** Дети встают в круг, на расстоянии одного шага друг от друга и начинают перебрасывать мяч, называя по имени того,кто должен ловить мяч. Мяч перебрасывают, пока кто-то его не уронит. Тот, кто уронил мяч, встаёт в центр круга и по заданию играющих выполняет 1- 2 упражнения с мячом.  | **«Летучий мяч»** ***Описание.*** Играющие встают в круг, водяший находится в середине круга. По сигналу дети перебрасывают мяч друг другу, через центр круга. Водящий старается поймать мяч или коснуться его рукой. Если ему это удаётся, то он встаёт в круг. А тот кому, был брошен мяч, становится водящим. |
| **«Старые лапти»** ***Описание.*** На одной стороне площадки проводят черту-это город, где находятся все играющие. Пространство за городом- игровое поле. Дети встают к черте и прокатывают мячи в сторону поля. Чей мяч дальше укатится, тому водить. Водящий берёт мяч и ждёт, когда за мячами будут выходить играющие, и всех, кто переходит черту города, старается осалить мячом. Когда водящий промахнётся, он догоняет мяч, а играющие стараются взять свои мячи и убежать за черту. Осаленный становиться водящим. |
| **Игры малой подвижности** |
| **"12 палочек"**12 палочек – игра, в которой могут принимать участие большое количество детей. Важным условием ее проведения, является местность, на которой она проводится. Должно быть много кустов, деревьев или иных укрытий, так, чтобы была возможность спрятаться. ***Описание.*** Все игроки должны знать друг друга по именам. Для игры потребуется доска длиной около 50-80 сантиметров, 12 коротких палочек (длина около 15 сантиметров) и круглое бревнышко. Доска кладется на бревнышко, а палочки на один край доски. Получается конструкция, похожая на качели.Из всех игроков, выбирается водящий. Он закрывает глаза, считает, например до 20-ти. Все остальные игроки должны спрятаться. Палочки лежат на бревнышке. Водящий должен найти игроков, но, не забывая о палочках. Как только он кого-то находит, то должен назвать имя игрока, подбежать к доске и ударить ногой по противоположному от палочек концу, так, чтобы они разлетелись, после чего может прятаться, а водящим становится тот, кого нашли. Игра продолжается дальше.***Правило.*** Если водящий далеко ушел от доски с палочками, то кто-то из тех, кто прячется, может подбежать и ударить по доске, так, чтобы палочки разлетелись. В этом случае, водящий должен собрать палочки и лишь потом, идти искать других участков игры. |
| **"Наседка и коршун"*****Описание.*** Перед началом игры из всех ее участников выбирают 2-ух самых крепких: один назначается коршуном, другой назначается наседкой. Все остальные – это цыплята. Коршун находится в сторонке и по старинным русским правилам вырывает маленькую ямку. За наседкой, друг за другом, становятся цыплята и берут друг друга за талию. После чего наседка с цыплятами подходят к коршуну, и наседка начинает приговаривать: "Коршун! Что делаешь?" - "Ямочку рою". – "Зачем тебе ямочка?" - "Денежку ищу". – "Зачем тебе денежка?" - "Иголку купить". – "Зачем тебе иголка?" - "Мешочек сшить". – "Зачем мешочек?" - "Камешки класть". – "Зачем камешки?" - "В твоих деток шуркать-буркать". – "За что?" - "Они ко мне в огород лазят". – "Ты бы забор выше делал, а коли не умеешь, так лови их. После чего, коршун старается поймать последнего цыпленка. Наседка защищает своих цыплят, не позволяя осалить последнего цыпленка, который также старается уклониться. Пойманный цыпленок садиться на лавочку, а игра продолжается до тех пор, пока коршун всех не изловит. ***Правило.*** Игра может проводиться и без приговора наседки. | **"Маляр и краски"*****Описание.*** Перед началом игры выбирают водящего («маляра») и «хозяйку красок». Остальные дети становятся «крас­ками», каждый ребенок выбирает себе собственный цвет, но так, чтобы «маляр» не услышал названия. Водящий («маляр») обращается к «хозяйке красок»: «Бабушка, бабушка, я пришел за краской. Разрешите взять?» — «У меня красок много, — отвечает «хозяйка красок», — какую тебе?»Все «краски» сидят рядышком на лавке и ждут, ка­кой цвет назовет «маляр». Названная «краска» долж­на вскочить с лавки и успеть добежать до противопо­ложного конца комнаты или площадки, где можно бу­дет укрыться за специально начерченной линией.«Маляр», называя «краску», не знает, есть ли она у «хозяйки» и какой это игрок. Он должен постараться угадать нужный цвет, а затем или успеть поймать убе­гающую «краску», или хотя бы «осалить» ее. Обычно «маляр» по условиям игры должен собрать не менее пяти красок. Тогда можно выбирать другого «маляра», «хозяйку красок», присвоить «краскам» новые имена и начинать игру снова. |
| **"Укротитель диких зверей"*****Описание.*** На игровой площадке ставятся пеньки по кругу или мягкие коврики, если это зал. Пеньки (коврики) кладутся по кругу, но на один меньше, чем игроков, принимающих участие в игре. Тот, у кого нет пенька – это укротитель зверей, а все остальные звери. До начала игры дети выбирают, кто будет волком, кто лисой, а кто зайцем. Звери садятся на пеньки. Укротитель зверей идет по кругу с внешней стороны и называет кого-то из зверей. Тот, кого назвали, встает и идет за укротителем. И так укротитель может назвать несколько зверей, они встают и идут за вожаком. Как только укротитель говорит: "Внимание, охотники", звери и укротитель стараются сесть на свободный пенек. Тот, кому свободного места не находится, становится укротителем и игра продолжается. | **"Без соли соль"*****Описание.*** Для этой игры выбираются двое водящих, которые садятся на землю друг напротив друга, так чтобы подошвы их ног соприкасались между собой. Водящим завязывают глаза плотной матерчатой повязкой. Руки водящих находятся за их спинами. Все остальные – игроки в поле. Полевые игроки, подойдя поочередно с одной из сторон к водящим, кричат "Без соли" и беспрепятственно перепрыгивают через их ноги. На обратном пути необходимо кричать "Соль" и постараться снова перепрыгнуть через ноги водящих. Отличие лишь в том, что водящие стараются руками поймать прыгунов. Если это им удается, то происходит смена водящего. Тот, кого поймали, садится на место того, кто его поймал, и уже ему завязываются глаза. |
| **«Молчанка»** ***Описание.*** перед началом игры дети хором произносят:«Первенчики, червенчики, Зазвенели бубенчики.По свежей росе, по чужой полосе.Там чашки, орешки, медок, сахарок.Молчок!»После слова «Молчок!» все должны замолчать.Ведущий старается рассмешить играющих движениями, шутками. Кто рассмеялся, он отдаёт водящему фант. В концы игры фанты выкупаются детьми. Они поют, танцуют, читают стихи. | **"Перетяжка"*****Описание.*** Все дети, которые участвуют в этот игре, делятся на 2-ве равные по числу участников команды. От каждой команды приглашается по одному человеку. В центре площадки лежит метровая палка (канат). Вышедшие участники хватают палку (канат) каждый со своей стороны и по команде начинают тянуть палку (канат), каждый в свою сторону. Побеждает тот, кто перетянет соперника на свою сторону. Далее в центр площадки выходят следующие участники команд. ***Правило.*** Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед. |
| **«Затейники»** ***Описание.*** Дети становятся в круг и берутся за руки. Водящий, которого выбрали стоит в центре круга. Дети двигаются по кругу и произносят слова: «Ровным кругом, друг за другом. Мы идём за шагом шаг. Стой на месте, дружно вместе сделаем вот так!»Водящий выполняет любые движения, а дети должны повторить «как в зеркале» все движения. | **«Зайка серенький умывается»** ***Описание.*** Дети стоят в кругу. В центре круга «зайка». Взрослый произносит слова: «Зайка серенький умывается, видно в гости собирается. Вымыл ушки, вымыл носик, вымыл щёчки, вымыл ушки, вытерся и поскакал в гости». Дети должны выполнять все движения по показу ребёнка и в соответствии с текстом. |
| **«Золотые ворота»**В бесчисленных разновидностях и вариантах эта игра существует едва ли не у всех народов. У русских наиболее распространены приведенные ниже разновидности.Играют 6-20 человек, чаще дошкольники, младшие школьники, а иногда и подростки, юноши, молодежь.***Описание.*** Выбирают двух игроков посильнее. Те отходят немного в сторону и договариваются, кто из них будет «солнцем», а кто «луной» («месяцем»). Выбравшие себе роли луны и солнца становятся лицом друг к другу, берутся за руки и поднимают их, как бы образуя ворота. Остальные играющие берутся за Руки и вереницей идут через «ворота». Часто при этом поют любимые участниками песни. Когда через «ворота» проходит последний из идущих, они «закрываются»: опускаются поднятые руки, и Последний оказывается между ними. Задержанного спрашивают тихонько, на Чью сторону он хотел бы стать: позади «луны» или «солнца». Он выбирает и встает позади соответствующего игрока. Остальные снова идут через «ворота», и снова последний попадает в группу «луны» или «солнца». Когда все распределены, группы устраивают перетягивание, взявшись за руки или с помощью веревки, палки и т. д.***Разновидность*** ***этой игры*** (ставшая в последние десятилетия более распространенной, чем описанная выше)заключается в том, что идущие через «ворота» не поют, зато игроки, изображающие «ворота», говорят речитативом:Золотые ворота Пропускают не всегда: Первый раз прощается, Второй - запрещается, А на третий раз Не пропустим вас!«Ворота» закрываются при последнем слове и «ловят» того, кто оказался в них. Чтобы не быть пойманными, идущие невольно ускоряют шаг, иногда переходят на бег, а ловящие, в свою очередь, меняют скорость речитатива. Игра становится более подвижной и веселой. Заканчивается также перетягиванием.***Другая разновидность*** состоит в том, что «ворот» - двое. Игроки, изображающие их, произносят стишок одновременно (в лад). Пойманные не выбирают, куда встать, а сразу включаются в команду поймавших их «ворот». Изображающие ворота соревнуются в том, кто больше поймает игроков. Соревнование завершается перетягиванием.***Правила.*** Игроку, который должен пройти через «ворота», нельзя останавливаться перед ними (из-за боязни, что они закроются). Остановившегося считают пойманным.Идущим или бегущим нельзя расцеплять руки, надо держаться за руку хотя бы с одним игроком. Кто бежит, ни с кем не держась за руки, считается пойманным.Опускать руки («закрывать ворота») можно только на последнее слово речитатива. |

**Список литературы**

1. Литвинов М.Ф. Русские народные подвижные игры. М.: Просвещение, 1986.

2. Князева О.Л., Маханева М.Д. Приобщение детей к истокам русской народной культуры. Учебно-методическое пособие, 2006.

3. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет.- М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001.

4. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет.- М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001.

5. Харченко Т. Е. Физкультурные праздники в детском саду:

сценарии спортивных праздников и развлечений / Т. Е. Харченко. - Санкт-Петербург : Детство-Пресс, 2011.

6. Гришина Т.Н. Приобщение детей к народной игровой культуре // Управление дошкольным образовательным учреждением. - 2005.

7. Губанова Н.Ф. Игровая деятельность в детском саду. Программа и методические рекомендации.- М.: Мозаика-синтез, 2006.