



# картотека

## «Русские народные игры»

Русские народные подвижные игры не должны быть забыты. Они дадут положительные результаты тогда, когда исполнят своё главное назначение – доставят детям удовольствие и радость, а не будут учебным занятием.

Веселые подвижные игры – это наше детство. Кто не помнит неизменных прятков, жмурок, догонялок, салочек?

Когда возникли эти игры? Кто их придумал? Наверное, на эти вопросы нельзя найти точного ответа. Эти игры, как песни и сказки, созданы народом. Они отлично закаляют тело и душу. Игры эти заставляют много двигаться и требуют находчивости, смекалки, ловкости и упорства. Проводятся они обычно на свежем воздухе на открытой площадке.

Мир детства не может быть без игры. Игра в жизни ребёнка – это минуты радости, забавы, соревнования, она ведёт ребёнка по жизни. Детские игры многообразны, это игры с игрушками, игры с движениями, игры-соревнования, игры с мячом и другим спортивным инвентарём. В дошкольном возрасте дети играют постоянно - это их естественная потребность, это способ познания окружающего.

Цель: Двигательная активность - как фактор, влияющий на здоровый образ жизни.

Задачи:

- Развивать различные виды памяти.
- Развивать коммуникативные навыки и эмоциональную сферу ребенка.
- Развивать мыслительные операции через игру.
- Развивать воображение.
- Учить снимать эмоционального напряжения с помощью игры.



## КОШКИ-МЫШКИ

Для игры выбираются два человека: один – «кошка», другой – «мышка». В некоторых случаях количество «кошек» и «мышек» бывает и больше. Это делается для того, чтобы оживить игру. Все остальные играющие встают в круг, взявшись за руки, и образуют «ворота». Задача «кошки» – догнать «мышку» (то есть дотронуться до нее рукой). При этом «мышка» и «кошка» могут бегать внутри круга и снаружи. Стоящие в кругу сочувствуют «мышке» и, чем могут, помогают ей. Например: пропустив через «ворота» «мышку» в круг, они могут закрыть их для «кошки». Или, если «мышка» выбегает из «дома», «кошку» можно там запереть, то есть опустить руки, закрыв все «ворота». Игра эта не проста, особенно для «кошки». Пусть «кошка» проявит и умение бегать, и свою хитрость, и сноровку. Когда «кошка» поймает «мышку», из числа играющих выбирается новая пара.

## ЖМУРКИ

Игра проходит на небольшой ограниченной площадке, на которой нет опасных препятствий. Водящему завязывают глаза, или он просто зажмуривается. Он должен с закрытыми глазами осалить кого-нибудь из играющих. Играющие убегают от водящего, но при этом не заходят за пределы площадки и обязательно подают голос – называют водящего по имени или кричат: «Я здесь». Осаленный игрок меняется ролями с водящим.





## У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ

На площадке чертят две линии на расстоянии 6–8 метров одна от другой. За одной линией стоит водящий – «медведь», за другой «дом», в котором живут дети. Дети выходят из «дома» в «лес» собирать грибы и ягоды.

Они подходят к медвежьей берлоге со словами:

У медведя во бору  
Грибы, ягоды беру.  
А медведь не спит,  
Все на нас глядит.

На последних словах «медведь» выскакивает из «берлоги» и старается осалить убегающих в свой дом детей. Осаленный «медведем» игрок становится «медведем».

## ГУСИ

На площадке на расстоянии 10–15 метров проводят две линии – два «дома». В одном находятся гуси, в другом их хозяин.

Между «домами», «под горой», живет «волк» – водящий.

«Хозяин» и «гуси» ведут между собой диалог, известный всем с раннего детства:

- Гуси, гуси!
- Га-га-га!
- Есть хотите?
- Да-да-да!
- Так летите!
- Нам нельзя. Серый волк под горой не пускает нас домой!

После этих слов «гуси» стараются перебежать к «хозяину», а «волк» их ловит. Пойманный игрок становится «волком».



## САЛКИ

Сюжет игры очень прост: выбирается один водящий, который должен догнать и осалить разбежавшихся по площадке игроков.

Но у этой игры есть несколько усложняющих ее вариантов.

- Осаленный игрок становится водящим, при этом он должен бегать, держась рукой за ту часть тела, за которую его осалили.
- Первый же игрок, до которого водящий дотронется, сам становится водящим.
- Осаленный игрок останавливается, вытягивает руки в стороны и кричит: «Чай-чай-выручай». Он «заколдован».

«Расколдовать» его могут другие играющие, дотронувшись до руки. Водящий должен «заколдовать» всех. Чтобы сделать это быстрее, водящих может быть двое или трое.

## ПРЯТКИ

Основные правила таковы: один человек водит, а другие – прячутся.

Водящий должен отыскать всех игроков и осалить их до того, как они успеют спрятаться «дома». Водящий, выбранный с помощью считалки, становится в условленном месте с закрытыми глазами.

Это место называется «кон». Пока водящий громко считает до 20–30, все играющие прячутся на определенной территории.

После окончания счета водящий открывает глаза и отправляется на поиски спрятавшихся. Если он увидит кого-то из укрывшихся игроков, он громко называет его имя и бежит на кон. В знак того, что игрок найден, надо постучать на кону о стенку или дерево. Если найденный игрок добежит до кона и постучит там раньше водящего, то он не считается пойманным. Он отходит в сторону и ждет окончания игры.

Водящий должен «застукать» как можно больше спрятавшихся игроков.

В следующий раз водящим становится тот игрок, который был найден и «застукан» последним (или, по решению играющих, – первым).

Каждый раз, когда водящий далеко отходит от кона, спрятавшиеся игроки могут незаметно подкрасться к кону и постучать. В этом случае они не будут считаться обнаруженными.





## ГОРЕЛКИ

Играющие выстраиваются в колонну парами, взявшись за руки. Водящий стоит перед колонной в нескольких шагах, спиной к играющим. Он говорит:

Гори-гори ясно,  
Чтобы не погасло.  
И раз, и два, и три.  
Последняя пара беги!

На слово «беги» пара, стоящая последней, должна быстро обежать колонну и встать впереди. А водящий стремится опередить их и занять одно из мест первой пары.

Тот, кому не хватило места, становится водящим.

Вместо слов «последняя пара» водящий может произнести: «Четвертая пара» или «Вторая пара». В этом случае всем играющим надо быть очень внимательными и помнить, какими по счету они стоят в колонне.

## АЛЁНУШКА И ИВАНУШКА

Выбирают Аленушку и Иванушку, завязывают им глаза. Они находятся внутри круга. Играющие встают в круг и берутся за руки. Иванушка должен поймать Аленушку. Чтобы это сделать, он может звать ее: «Аленушка!» Аленушка обязательно должна откликаться: «Я здесь, Иванушка!», но сама она не очень-то торопится встретиться с Иванушкой и, чувствуя его приближение, отбегает в сторону.

Движения водящих комичны и иногда неожиданны. Случается, Иванушка принимает за Аленушку кого-то из стоящих рядом и скорее хватается за него. Ему объясняют ошибку.

Как только Иванушка поймал Аленушку, их место занимают другие ребята и игра начинается сначала.

## КРАСОЧКА

Выбирается водящий – «монах» и ведущий – «продавец». Все остальные играющие загадывают в тайне от «монаха» цвета красок. Цвета не должны повторяться.

Игра начинается с того, что водящий приходит в «магазин» и говорит: «Я, монах в синих штанах, пришел к вам за красочкой». Продавец: «За какой?» Монах называет любой цвет, например: «За голубой». Если такой краски нет, то продавец говорит: «Иди по голубой дорожке, найдешь голубые сапожки, поноси да назад принеси!». «Монах» начинает игру с начала.

Если такая краска есть, то играющий, загадавший этот цвет, пытается убежать от «монаха», а тот его догоняет. Если догнал, то «краска» становится водящим, если нет, то краски загадывают вновь и игра повторяется.

## КАЗАКИ-РАЗБОЙНИКИ

Играющие делятся на две группы. Одна изображает казаков, другая – разбойников. У казаков есть свой дом, где в течение игры находится сторож. В его обязанности входит охрана пойманных разбойников.

Игра начинается с того, что казаки, оставаясь в своем доме, дают возможность разбойникам спрятаться. При этом разбойники должны оставлять следы: стрелки, условные знаки или записки, где указывается место следующей отметки. Следы могут быть и ложные, для того чтобы запугать казаков. Через 10–15 минут казаки начинают поиски.

Игра заканчивается тогда, когда все разбойники пойманы, а пойманным считается тот, кого увидели казаки. Игру лучше проводить на большой, но ограниченной какими-либо знаками территории. По окончании игры казаки и разбойники меняются ролями.





## УДОЧКА

Удочка – это скакалка. Один ее конец в руке «рыбака» – водящего.

Все играющие встают вокруг «рыбака» не дальше чем на длину скакалки. «Рыбак» начинает раскручивать «удочку», пытаясь задеть ею по ногам играющих. «Рыбки» должны уберечься от «удочки», перепрыгнуть через нее. Чтобы «рыбки» не мешали друг другу, между ними должно быть расстояние примерно в полметра. «Рыбки» не должны сходить со своих мест.

Если «рыбаку» удалось поймать «рыбку», то есть дотронуться «удочкой», то место «рыбака» занимает пойманная «рыбка».

Необходимо соблюдать такое условие: скакалку можно крутить в любую сторону, но нельзя поднимать ее от земли выше, чем на 10–20 сантиметров.

## ТИШЕ ЕДЕШЬ

Водящий и играющие находятся по разные стороны двух линий, которые прочерчены на расстоянии 5–6 метров друг от друга. Задача играющих – как можно быстрее дойти до водящего и дотронуться до него. Тот, кто это сделал, становится водящим. Но дойти до водящего непросто.

Играющие двигаются только под слова водящего: «Тише едешь, дальше будешь. Стоп!» На слово «стоп» все играющие замирают.

Водящий, который стоял до этого спиной к играющим, поворачивается и смотрит. Если в этот момент кто-то из играющих пошевелится, а водящий это заметит, то этому игроку придется уходить назад, за черту. Водящий может смешить замерших ребят. Кто рассмеется, также возвращается за черту. А затем игра продолжается.

## АЛИ-БАБА И РАЗРЫВНЫЕ ЦЕПИ

Играющие делятся на две команды и встают, взявшись за руки, лицом к команде противника, на расстоянии 5–7 метров.

Игру начинает одна из команд словами: «Али-Баба!» Вторая команда хором отвечает: «О чем, слуга?» Вновь говорит первая команда, называя имя одного из игроков команды противника, например: «Пятого, десятого, Сашу нам сюда!»

Названный игрок оставляет свою команду и бежит к команде противника, стараясь с разбега разорвать цепь, то есть расцепить руки игроков.

Если ему это удастся, он забирает в свою команду игрока, расцепившего руки. Если цепь не разорвалась, то он остается в команде противника. Игру команды начинают по очереди. Побеждает та команда, в которой через определенное время будет больше игроков.

## СЕЛЬДИ В БОЧКЕ

Эта игра – противоположный вариант «прятки». Игроки закрывают глаза и считают до 10, пока ведущий убегает и прячется.

Через некоторое время один из игроков идет на поиски ведущего и если не находит его за одну минуту – выбывает из игры. Если же он нашел ведущего, то прячется вместе с ним. Далее на поиски ведущего выходит следующий участник, и тоже, если находит его, прячется, если нет – выбывает.

Игра продолжается до тех пор, пока из игры не выйдет последний человек или пока все не спрячутся вместе с ведущим, словно сельди в бочке. Главное при этом – не засмеяться!





## ГОРЯЧИЙ КАРТОФЕЛЬ

Традиционно в игре использовался настоящий картофель, но его можно заменить на теннисный мячик или волейбольный мяч.

Дети садятся в круг, ведущий находится в центре. Он бросает «картошку» кому-нибудь из игроков и тут же закрывает глаза. Дети перебрасывают ее друг другу, желая как можно быстрее от нее избавиться (будто это натуральная горячая картошка). Вдруг ведущий командует: «*Горячий картофель!*» Тот, у кого в данный момент оказалась в руках «горячая картошка» – выбывает из игры.

Когда в кругу остается один человек, игра прекращается, и этот игрок считается победившим.

## ШАПКА-НЕВИДИМКА

Держа руки за спиной, играющие становятся плечом к плечу по кругу. У одного из них в руках «шапка-невидимка» – треуголка, сложенная из листа бумаги. Водящий – в середине круга.

По сигналу участники игры начинают передавать за спиной шапку друг другу, стараясь делать это так, чтобы водящий не знал, у кого она находится. Водящий ходит по кругу и зорко следит за движениями играющих. Время от времени он останавливается и, указывая на одного из игроков, громко говорит: «Руки!» Тот, к кому обращается водящий, должен сейчас же вытянуть руки вперед. Если при этом шапка окажется у игрока, он сменяет водящего. В минуту опасности нельзя бросать шапку на пол.

Нарушивший это правило выходит из игры. Любой участник игры, когда к нему попадет шапка, может надеть ее себе на голову, если только водящий не обращает на него внимания или находится не очень близко. Секунду покрасовавшись в шапке, надо снять ее и пустить по кругу. Если водящий запятнает, когда шапка на голове, придется уступить ему свое место, а самому водить.



## ПОПАДИ В ШЛЯПУ

Существует много вариантов этой игры.

Раздайте детям пять игральных карт, орешков в скорлупе, соломинок для питья воды и т. д. и попросите их попасть этими предметами в шляпу, стоя на определенном расстоянии от мишени.

## ДЕЛАЙ, КАК Я

Игра предназначена для малышей, в нее лучше играть на улице, где много места.

Дети выбирают ведущего. Его задача состоит в том, чтобы придумать и выполнить такие действия, которые было бы трудно повторить остальным играющим, например, перепрыгнуть через что-то, попрыгать 50 раз на одной ноге и т. д. Кто не сумел повторить за ведущим – выбывает из игры.

Можно также ввести правило, что дети водят по очереди, тогда из игры никто не выбывает, все играют просто ради веселья.



## КУРОЧКА-ХОХЛАТКА

Воспитатель изображает курицу, дети - цыплят. Один ребёнок сидит на скамейке, вдали от остальных детей. Это кошка дремлет на солнышке. Курица-мама выходит с цыплятами гулять. Воспитатель говорит:

*Вышла курочка-хохлатка,  
С нею жёлтые цыплятки.  
Квохчет курочка: "Ко-ко,  
Не ходите далеко".*

Приближаясь к кошке, он говорит:  
*На скамейке у дорожки  
Улеглась и дремлет кошка...  
Кошка глазки открывает  
И цыпляток догоняет.*

Кошка открывает глаза, мяукает и бежит за цыплятами, которые вместе с курицей убегают.

## ВОДЯНОЙ

Дети выбирают считалкой водяного, ставят его в круг, он закрывает глаза, и играющие произносят такие слова:

*Водяной, водяной, что сидишь ты под водой?  
выйди на минуточку, на одну секундочку,  
выйди хоть на целый час,  
всё равно не знаешь нас.*

После остановки хоровода водяной открывает глаза и тот игрок, на которого он показал рукой, обегает круг и встаёт на своё место, а водяной старается его догнать. Если водяной догнал игрока, то водящим становится игрок, которого догнали.

Выбранный водяной не должен подглядывать.  
Выигрывает тот, кто успевает занять своё место.

## БАБУШКА МАЛАНЬЯ

*У Маланьи у старушки  
Жили в маленькой избушке  
Семь сыновей – все без бровей.  
С такими глазами, с такими ушами,  
С такими носами, с такими усами,  
С такой головой, с такой бородой.  
Ничего не ели, на нее глядели.  
Делали вот так.  
Как?*

По считалке выбирают водящего – “Маланью”, ставят в центр круга. Все остальные ходят и поют. На слова “с такими глазами” дети останавливаются и изображают то, о чем поется: показывают “огромные брови”, “длинный нос” и т.д. После слов “делали вот так” “Маланья” показывает какое-нибудь движение. Кто его лучше всех повторил, того “Маланья” выбирает и ставит в центр круга на свое место.

## ВОЛК И СЕМЕРО КОЗЛЯТ

Дети подходят к Волку, читая стихотворение с воспитателем. После прочтения стихотворения убегают от волка на скамейку. Игра повторяется 2-3 раза

В центре зала стоит стульчик, на котором сидит игрушка волка. Дети вместе с воспитателем подходят к волку со словами:

*На пенечке волк сидит  
За козлятками следит  
Сейчас схвачу козляток!  
Маленьких ребяток!!!*

После этих слов воспитатель берет в руки игрушку волка и начинает «догонять» ребят. Дети убегают от волка и садятся на скамейку.





## ЗОЛОТЫЕ ВОРОТА

Игроки встают цепочкой (берутся за руки или кладут руки на плечи друг к другу) и проходят под воротами.

Игроки-ворота напевают:

*Золотые ворота  
Пропускают не всегда  
Первый раз прощается  
Второй запрещается  
А на третий раз  
Не пропустим вас!*

На последних словах ворота резко опускают руки и ловят тех, кто оказался под ними. Пойманные образуют новые «ворота».

Игра заканчивается, когда всех игроков поймают.

## ПОЛ, НОС, ПОТОЛОК

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 произнесите: «Потолок». Делайте это не торопясь. 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 происходящее: «Я вижу, у кого-то нос упал на пол и там лежит. Давайте поможем найти отвалившийся нос».

Игра может повторяться много раз с убыстрением темпа.

В конце игры можно торжественно пригласить на сцену обладателя «самого высокого в мире носа».



## СТРЕКОЗА

Дети собираются во дворе, в саду или в просторной комнате, становятся на корточки, руки в бока и наперерыв, перегоняя друг друга, стараются прыжками добраться до противоположного конца места, назначенного для игры.

Кто из детей первый достигнет таким способом передвижения к назначенному месту, считается победителем, причем споткнувшегося по дороге наказывают тем, что исключают его из числа играющих. Эта несложная игра доставляет детям громадное удовольствие и развивает их физические силы.

## МЕДВЕДЬ И ПЧЁЛЫ

Играющие делятся на две группы: медведи пчёлы.

Пчёлы-большая часть детей-размещаются на скамейке (улей), медведи-в стороне. По сигналу воспитателя пчёлы улетают за мёдом, а медведи забираются в улей (скамейку) и лакомятся мёдом.

Пчёлы возвращаются домой и жалят (ловят) медведей.





## СТАРЫЕ ЛАПТИ

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 становится водящим.

## ЗАЙКИ

Игра проводится на открытом пространстве.

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 приводит его в негодование. Однако, как только удастся осалить одного из зайцев, он тут же становится охотником, принимая на себя незавидную обязанность – ловить зайцев.