



Карточка подвижных игр

Народов России





Русские народные подвижные игры

БУБЕНЦЫ

Дети встают в круг. На середину выходят двое - один с бубенцом или колокольчиком, другой - с завязанными глазами. Все поют:

Трынцы-брынцы, бубенцы,

Раззвонились удалцы:

Д иги-диги-диги-дон,

Отгадай, откуда звон!

После этих слов "жмурка" ловит увертывающегося игрока

Двое детей зелеными ветками или гирляндой и образуют ворота.

МАТУШКА-ВЕСНА

Все дети говорят:

Идет матушка-весна,

Отворяйте ворота.

Первый март пришел,

Всех детей провел;

А за ним и апрель

Отворил окно и дверь;

А уж как пришел май –

Сколько хочешь гуляй!

Весна ведет за собой цепочкой всех детей в ворота и заводит в круг.

ЛЯПКА

Один из играющих - водящий, его называют ляпкой. Водящий бежит за участниками игры, старается кого-то осалить, приговаривая: "На тебе ляпку, отдай ее другому!" Новый водящий догоняет игроков и старается кому-то из них передать ляпку. Так играют в Кировской области. А в Смоленской области в этой игре водящий ловит участников игры и у пойманного спрашивает: "У кого был?" - "У тетки".- "Что ел?" - "Клёцки".- "Кому отдал?" Пойманный называет по имени одного из участников игры, и названный становится водящим.

Правила игры. Водящий не должен преследовать одного и того же игрока. Участники игры внимательно наблюдают за сменой водящих.

МЯЧИК КВЕРХУ!

Участники игры встают в круг, водящий идет в середину круга и бросает мяч со словами: "Мячик кверху!" Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: "Стой!" Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Запятнанный становится водящим. Если же он промахнулся, то остается вновь водящим: идет в центр круга, бросает мяч кверху - игра продолжается.

Правила игры.



Водящий бросает мяч как можно выше. Разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих после слова: "Стой!" - продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего. Играющие, убегая от водящего, не должны прятаться за встречающиеся на пути предметы.

Татарские народные игры

СЕРЫЙ ВОЛК (САРЫ БУРЕ)

Одного из играющих выбирают серым волком. Присев на корточки, серый волк прячется за чертой в одном конце площадки (в кустах или в густой траве). Остальные играющие находятся на противоположной стороне. Расстояние между проведенными линиями 20—30 м. По сигналу все идут в лес собирать грибы, ягоды. Навстречу им выходит ведущий и спрашивает (дети хором отвечают):

- Вы, друзья, куда спешите?
- В лес дремучий мы идем
- Что вы делать там хотите?
- Там малины наберем
- Вам зачем малина, дети?
- Мы варенье приготовим
- Если волк в лесу вас встретит?
- Серый волк нас не догонит!

После этой переключки все подходят к тому месту, где прячется серый волк, и хором говорят:

- Соберу я ягоды, и сварю варенье,
- Милой моей бабушке будет угощение
- Здесь малины много, всю и не собрать,
- А волков, медведей вовсе не видать!

После слов не видать серый волк встает, а дети быстро бегут за черту. Волк гонится за ними и старается кого-нибудь запятнать.

Пленников он уводит в логово — туда, где прятался сам.

ПРОДАЕМ ГОРШКИ (ЧУЛМАК УЕНЫ)

Играющие разделяются на две группы. Дети-горшки, встав на колени или усевшись на траву, образуют круг. За каждым горшком стоит игрок

— хозяин горшка, руки у него за спиной. Водящий стоит за кругом. Водящий подходит к одному из хозяев горшка и начинает разговор:

- Эй, дружок продай горшок!
- Покупай
- Сколько дать тебе рублей?
- Три отдай



Водящий три раза (или столько, за сколько согласился продать горшок его хозяин, но не более трех рублей) касается рукой хозяина горшка, и они начинают бег по кругу навстречу друг другу (круг обегает три раза). Кто быстрее добежит до свободного места в кругу, тот занимает это место, а отставший становится водящим.

СКОК-ПЕРЕСКОК (КУЧТЕМ-КУЧ)

На земле чертят большой круг диаметром 15—25 м, внутри него — маленькие кружки диаметром 30—35 см для каждого участника игры. Водящий стоит в центре большого круга.

Водящий говорит: «Перескок!» После этого слова игроки быстро меняются местами (кружками), прыгая на одной ноге. Водящий старается занять место одного из играющих, прыгая также на одной ноге. Тот, кто останется без места, становится водящим.

ХЛОПУШКИ (АБАКЛЕ)

На противоположных сторонах комнаты или площадки отмечаются двумя параллельными линиями два города. Расстояние между ними 20—30 м. Все дети выстраиваются у одного из городов в одну шеренгу: левая рука на поясе, правая рука вытянута вперед ладонью вверх.

Выбирается водящий. Он подходит к стоящим у города и произносит слова:

Хлоп да хлоп - сигнал такой Я бегу, а ты за мной!

С этими словами водящий легко хлопает кого-нибудь по ладони. Водящий и запятнанный бегут к противоположному городу. Кто быстрее добежит, тот останется в новом городе, а отставший становится водящим.

ЗАЙМИ МЕСТО (БУШ УРЫШ)

Одного из участников игры выбирают водящим, а остальные играющие, образуя круг, ходят взявшись за руки. Водящий идет за кругом в противоположную сторону и говорит:

Как сорока арекочу Никого в дом не пущу.

Как гусыня гогочу,

Тебя хлопну по плечу- Беги!

Сказав беги, водящий слегка ударяет по спине одного из игроков, круг останавливается, а тот, кого ударили, устремляется со своего места по кругу навстречу водящему. Обезавший круг раньше занимает свободное место, а отставший становится водящим.

Башкирские народные игры

КУРАЙ (ДУДОЧКА)

Игра проводится под любую башкирскую народную мелодию Дети, взявшись за руки, образуют круг и двигаются в одну сторону. В центре круга один ребенок, он кураист, в руках у него курай (длинная дудочка), он ходит в



противоположную сторону. Дети по кругу ходят, бегут, выполняют притопы на слова:

«Услыхали наш курай,
Собрались мы все сюда.
Наигравшись с кураистом.
Разбежались кто куда.
Хай, хай, хай, хай ! На зеленом, на лугу
Мы попляшем под курай,

Дети разбегаются врассыпную по площадке, выполняют движения башкирского Щ танца под слова: «Ты, курай задорный, веселей играй , Тех, кто лучше пляшет, выбирай»

Ребенок-кураист выбирает лучшего исполнителя движений, тот становится водящим.

Правила: разбегаться только после окончание слов.

МУЙУШ АЛЫШ (УГОЛКИ)

По четырем углам площадки стоят четыре ступа, на них четверо детей. В центре стоит водящий. Он по - очереди подходит к сидящим и

задает каждому вопрос:

- Хозяйка, можно истопить у тебя баню?
- 1 играющий отвечает: «Моя баня занята».
- 2 играющий отвечает: «Моя собака оценилась»
- 3 играющий отвечает: «Печка обвалилась»
- 4 играющий отвечает: «Воды нет»

Водящий выходит на центр площадки, хлопает в ладоши три раза и кричит Хоп, хоп, хоп! За это время хозяева быстро меняются местами. Водящий должен успеть занять свободный стул.

Правила: меняться только после хлопков водящего. Игра может проводиться и с большим количеством детей: в этом случае воспитателю следует поставить столько стульев, сколько играющих и составить дополнительные ответы для «хозяев».

Дети парами стоят по кругу: впереди девочка сзади мальчик Водящий, в руке у которого пояс (веревка), ходит за кругом и произносит текст:

«Лето прошло, осень пришла,
Утки улетели, гуси улетели.
Соловьи пропели.
Ворона стой!
Воробей лети!»



Ребенок, которого выбрали «воробьем» убегает от водящего по кругу, а тот старается догнать и осалить поясом. Если водящий осалит, то занимает место играющего, а осаленный становится водящим.

Правила: не касаться убегающего рукой, а только поясом. Убегать после слова «лети».

Дети стоят в две шеренги по фая площадки напротив друг друга. Первая команда хором спрашивает: «Белый тополь, синий тополь, что есть на небе?»

Вторая команда хором отвечает: «Пестрые птицы».

Первая команда спрашивает: «Что есть у них на крыльях?» Вторая команда отвечает: «Есть сахар и мед».

Первая команда просит: «Дайте нам сахар».

Вторая команда спрашивает: «Зачем вам?»

Первая команда зовет «Белый тополь, синий тополь».

Вторая команда спрашивает: «Кого выбираете из нас?»

Первая команда называют имя одного из играющих из противоположной команды. Выбранный ребенок бежит навстречу шеренге соперников, которые стоят, сомкнув крепко руки, и старается разорвать «цепь» соперника. Если он разорвет «цепь», то забирает играющего из команды соперников в свою команду, если нет, то остается в этой команде. Выигрывает та команда, в которой оказывается больше всего игроков.

КУГАРСЭН (ГОЛУБИ)

На площадке чертятся две параллельные линии на расстоянии 5-8 метров, вдоль этих линий чертятся круги («гнезда»). Дети стоят в кругах («гнездах») напротив друг друга. Водящий - «пастух», с закрытыми глазами ходит между шеренг и произносит три раза текст:

«Гур-гур, голуби Для всех нас одно гнездо»

С окончанием слов дети меняются местами («гнездами») - бегут в противоположные «гнезда». Пастух открывает глаза и старается занять пустое «гнездо». Оставшийся без «гнезда» ребенок «голубь» становится «пастухом». Правила: меняться местами можно только тогда, когда пастух произнесет текст три раза.

ЭНА МЕНЯН ЕП (ИГОЛКА И НИТКА)

Дети делятся на две команды, выстраиваются в колонны друг за другом на одной стороне площадки. Перед каждой командой на расстоянии 5 метров ставится ориентир (куб, башня, флажок). По сигналу первые игроки («иголки») оббегают ориентиры, возвращаются к команде. К ним зацепляется следующий игрок («нитка»), они оббегают ориентир вдвоем. Таким образом, все игроки команды («нитки»), по очереди зацепляясь, друг за дружкой, оббегают ориентиры. Побеждает та команда («иголка с ниткой»), все игроки которой зацепились и оббежали ориентиры первыми.



Правила: играющим во время бега не разрешается расцеплять руки. Если это случилось, то нарушившая правила команда начинает игру заново

Якутские народные игры

«ЛЬДИНКИ, ВЕТЕР И МОРОЗ»

Играющие встают в круг. Хлопают в ладоши, приговаривая:

Холодные льдинки, прозрачные льдинки,

Сверкают, звенят дзинь, дзинь...

На последние слова дети прыгают на месте на носочках, пока не услышат сигнал «Ветер!»

Дети – льдинки разбегаются в разные стороны. На сигнал «Мороз!» дети делают большой круг – льдинку.

Правила игры: менять движения можно только по сигналу «Ветер!» или «Мороз!» В игру можно включать разные движения: поскоки, легкий или быстрый бег, боковой галоп и т.д.

«РУЧЕЙКИ И ОЗЕРА»

Игроки стоят в пяти – семи колоннах с одинаковым количеством играющих в разных частях зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги – озера. Выигрывают те, дети которые быстрее построят круг – озеро.

Правила игры: Бегать надо друг за другом, не выходя из своей колонны. Строится в круг можно только по сигналу.

«ОТБИВКА ОЛЕНЕЙ»

Группа играющих, находится внутри очерченного круга – это олени. Выбираются три пастуха, они за кругом. По сигналу «Раз, два, три – отбивку начни!» пастухи по очереди бросают мяч в оленей.

Олень, в которого попал мяч, считается пойманным, отбитым от стада. Каждый пастух отбивает 5-6 раз. После чего он подсчитывает отбитых оленей.

Правила игры: Бросать мяч можно только в ноги и по сигналу. Стрелять надо с места в подвижную цель.

Мордовские народные игры

«В КЛЮЧИ»

(«Панжомнесэ» - эрз., «Пантемаса»- мокш.)

Играющих пять человек. На земле чертится квадрат, по углам дома садятся четыре играющих, а пятый стоит на середине. Он подходит к одному из сидящих игроков и спрашивает:

Дядя(тётя), у тебя ключи?



Тот отвечает, указывая на соседа:

Вон у дяди (тёти) спроси.

Так водящий обходит всех четверых. Последний ему советует:

Посередине поужи!

Водящий отходит в середину, а в это время остальные вскакивают и меняются местами. Водящий старается быстро занять чье-либо место, пятый играющий опять остаётся без места. И игра повторяется сначала.

Правила игры. Меняться местами можно лишь тогда, когда ведущий отходит в середину. Уголок занимает тот, кто первым туда попал. Если кто-нибудь не поменяет место, то он становится водящим.

«В КУРОЧЕК»

(«Сараскесэ» - эрз., «Сараскакс» - мокш.)

Играющие делятся на две группы. Дети – курочки, усевшись на траву, образуют круг. За каждой курочкой стоит игрок – хозяин курочки. Водящий ходит по кругу и решает, у кого взять курочку. Подходит к одной из них и трогает её за голову. Сразу же водящий и хозяин курочки пускаются бежать наперегонки по кругу. Кто из них прибежит первым, тот и становится хозяином, а оставшийся становится водящим. Игра продолжается.

Правила игры. Нельзя мешать бегущим вокруг играющих. Хозяином будет тот, кто первым займёт место. Бежать наперегонки можно только после того, как водящий дотронется рукой до курочки.

«ГОРШОЧЕК»

(«Чакшкинесэ»)

Содержание и правила игры.

Сажают детей по кругу, остальные дети встают за их спинами.

Покупатель, выбрав «горшок», убегает от продавца. Добежавший первым становится за спиной «горшочка».

Подвижные игры народов Дагестана

«ВОЛК И ОВЦЫ»

Играет вся группа.

СОДЕРЖАНИЕ ИГРЫ:

Выбирают “волка”. Остальные игроки называют пастуха, становятся за ним в колонну, причем каждый держится за талию впереди стоящего. Волк обращается к “пастуху”: «Целую зиму ничего не ел и страшно проголодался, дай мне одну овцу!»

Пастух: «Не дам!»

Волк: «Тогда отберу силой».

Пастух: «Попробуй, если сможешь!»

После этих слов “волк” старается ловить “овец”, нападая на хвост колонны. “Пастух” должен защищать “овец” от “волка”. Пойманные “овцы”



выходят из круга. Игра считается законченной, когда остается одна “овца”, она становится “волком”, а “волк” “пастухом”.

Игра начинается сначала.

ПРАВИЛА ИГРЫ:

1. Число участников от 5 до 20-25 человек.
2. Овцы не должны разбегаться, а взяв друг друга за талию обязаны следовать за “пастухом”.

ПРИМЕЧАНИЕ: Этот вариант игры для детей старшего дошкольного возраста. Для более старших детей можно усложнить, назначив двух “волков”.

Игра распространена как среди мальчиков, так и среди девочек.

«ПАСТУХ И ОВЦЫ»

Играет вся группа.

СОДЕРЖАНИЕ ИГРЫ:

Дети изображают овец. Из числа играющих детей выбираются двое на роли “пастуха” и “волка”. На площадке очерчивается место – “логово волка”. На противоположной – место для овец.

Пастух пасет овец в середине площадки. По сигналу “пастуха” “волк”, “овцы”, бегут к нему за черту, а “волк” ловит заблудившихся “овец”, которые не успели подбежать к “пастуху”.

Пойманные дети вновь включаются при ее повторении.

Рекомендуется для детей старшего дошкольного возраста.

«ДЖИГИТОВКА»

Играет вся группа.

СОДЕРЖАНИЕ ИГРЫ:

Участники разбиваются на тройки и выстраиваются на линии старта. Два игрока в каждой тройке берутся за руки, а третий – стоящий в центре – закидывает левую ногу на сцепленные руки своих товарищей. Прыгая вместе с ними, он должен достичь финиша.

ПРАВИЛА ИГРЫ:

1. Начинать игру вместе только по команде воспитателя.
2. Выигрывает тройка, пришедшая к финишу первой.
3. На каждом этапе бегуны в тройке меняются местами.

Аналогичную игру встречаем и у народов Средней Азии, в частности, в Туркмении. Игра развивает силу воли, быстроту, чувство коллективизма, патриотизма.

«СВАЛИ ПАЛКУ»

Играет вся группа.

ИНВЕНТАРЬ: палки 3-5 шт. длиной 50-60см.

СОДЕРЖАНИЕ ИГРЫ:



В игре могут участвовать 2-10 детей, каждый из которых имеет заостренные с одного конца 3-5 палок длиной 50-60см. Проигравший по жребию с размаху забивает палки в землю. Другой игрок отходит как на расстояние и кидает свою палку так, чтобы сбить как можно больше палок партнера. Играющие меняются ролями.

Выигрывает тот, кто сбил больше палок.

ПРАВИЛА ИГРЫ:

1. Если в землю воткнуть несколько палок, игрок имеет право сбить любую из них.
2. Если игрок одной палкой сбил две и более палок противников и его палка при этом воткнулась и стоит, то он берет все сбитые им палки.
3. Если несколько палок не выбили ту, что стояла, а воткнулась в землю, и сами остаются стоять, то они по очереди разыгрываются.

Расстояние учитывать исходя из возрастных особенностей детей. Играют мальчики и девочки.

«ХАСАНДЕЛА»

Играет вся группа.

ИНВЕНТАРЬ: палочка длиной 50-60 см.

СОДЕРЖАНИЕ ИГРЫ:

Дети садятся, образуя круг. Игру может начать любой. Он берет палочку, стучит ею об пол, произнося: “Хасандела”, затем передает палочку ближайшему соседу. Тот произносит два раза, дважды стучит палочкой и передает следующему участнику игры. Третий уже три раза произносит “Хасандела” и столько же раз стучит и передает человеку, который стоит четвертым. Так длится пока не ошибется кто-нибудь. Допустивший ошибку поднимает ногу и держит ее в вытянутом положении. Один из играющих закрывает ему глаза, а другой легонько бьет его в ступню. Затем ему открывают глаза и он должен определить ударившего. Если он узнает, его освобождают, а на его место становится узнавший им, а другой бьет палочкой в ступню. Затем открывает глаза и он должен определить ударившего. Если узнает, его освобождают, а на его место становится узнавший им.

ПРАВИЛА ИГРЫ:

Каждый участник должен произносить на порядковый номер больше на один раз “Хасандела” и столько же раз постучать палкой.

Существует несколько вариантов этой игры.