|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| C:\Users\absolutio\Desktop\мама\карточка\картинки\01.pngC:\Users\absolutio\Desktop\мама\карточка\картинки\clipart-zvezda.pngC:\Users\absolutio\Desktop\мама\карточка\картинки\clipart-zvezda.png**Русские народные****подвижные игры**C:\Users\absolutio\Desktop\мама\карточка\картинки\ia_bubles.pngC:\Users\absolutio\Desktop\мама\карточка\картинки\clipart-zvezda.pngC:\Users\absolutio\Desktop\мама\карточка\картинки\clipart-zvezda.pngC:\Users\absolutio\Desktop\мама\карточка\картинки\clipart-zvezda.png**Салки**Перед началом игры надо выбрать водящего («салку»). 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:*- Водящий гоняется только за одним ребенком из группы.- Остальные дети, бегая по площадке, следят за сменой водящих и должны убегать врассыпную от нового водящего.**Кошки-мышки**Выбирают водящего («кошку»). Другие дети — «мышки» — разбегаются в разные стороны, а «кошка» пытается догнать их. Игрок, которого он коснулся рукой, становится водящим.*Правила:*- Водящий гоняется за разными детьми, пытаясь догнать того ребенка, который находится к нему ближе всего.- 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».Все игроки должны внимательно следить за сменой водящих и стараться во время игры находиться от них на расстоянии.**Капканы**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 опус кают 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:*- Игра продолжается до тех пор, пока на свободе неостанется всего несколько детей.Игру можно повторять 2—3 раза, заменяя «капканы».В конце игры надо отметить самых ловких игроков и самый удачливый «капкан».**Заяц**Дети становятся кругом, в центре круга — «заяц». Игроки начинают перебрасывать мяч друг другу так, чтобы он задел «зайца». «Заяц» пытается увернуться от мяча. Игрок, сумевший задеть мячом зайчика, становится на его место, и игра продолжается.**Волк и овцы**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 центре 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.- «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».**Волк и козлята**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.**«Вышибалы»**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 **Пчелки и ласточка**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, которые «летают» по всей площадке. Пойманный играющий становится Ласточкой, игра повторяется. |  | **Змейка**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 на правление движения всей группы: побежать в противоположную сторону, сделать резкий поворот (под углом 90), закрутить цепочку «змейкой», описать круг и т.д.*Правила:*- Все дети должны крепко держаться за руки, что бы «цепочка» не порвалась.- Игроки должны точно повторять все движения ведущего и стараться бежать «след в след».- 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.**Свечки**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.**Ворота**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:*- Дети держат друг друга за руки, пробегая под воротами.- Нельзя задевать «ворота».Во время игры можно изменять высоту ворот, постепенно «опуская руки»: это значительно усложнит выполнение задания.**Золотые  ворота   —  круговые**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 стихНа последнем слове дети опускают руки и ловят тех, кто оказался внутри круга.«Золотые ворота пропускают не всегдаПервый раз прощается, второй раз разрешаетсяА на третий раз не пропустим вас».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**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».**Жмурки**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.**Жмурки  «Маша  и Яша»**Для этой игры дети выбирают водящими мальчика и девочку. Мальчика назначают «Машей»: теперь он должен  говорить  тонким  голосом,  а девочку «Яшей»: с этого момента она говорит басом. Обоим водящим завязывают глаза. Остальные дети берутся за руки и образуют вокруг ведущих замкнутый круг. Водящие становятся в круг, «Яша» ищет «Машу», окликая ее басом, а «Маша» откликается, но не очень-то спешит навстречу «Яше». Если «Яша» вслепую примет за «Машу» другого ребенка, ему указывают на ошибку. Игра продолжается до тех пор, пока смешная парочка наконец не встретится. Затем можно выбрать другую пару игроков.**Волк и овцы**Считалкой выбирают Волка, все остальные участники - Овцы. Они просят Волка пустить их в лес погулять:- Разреши нам, Волк, погулять в твоём лесу!Волк отвечает:- Гуляйте, гуляйте, да только трапу не шипите, а то мне спать будет не на чем.Овцы сначала только гуляют в лесу, но вскоре начинают «щипать траву» и петь:- Щиплем, щиплем травку,Зеленую муравку,Бабушке на рукавички,Дедушке на кафтанчик,Серому волкуГрязи на лопату!Волк бежит по «поляне» и ловит Овец, пойманный становится Волком, и игра возобновляется.**Гуси-лебеди**В начале игры выбирают Волка и Хозяина, остальные участники — Гуси-лебеди. На одной стороне площадки чертят «дом», где живут Хозяин и Гуси, на другой — живет Волк. Хозяин выпускает Гусей погулять, «травки пощипать». Гуси уходят от «дома» довольно далеко. Через некоторое время Хозяин и Гуси перекликаются:Гуси-гуси!Га-га-га.Есть хотите?Да, да, да.Гуси-лебеди! Домой!Серый волк под горой!Что он там делает?Рябчиков щиплет.Ну, бегите же домой!Серый волк за горойНе пускает нас домой!Гуси бегут в «дом», Волк пытается их поймать. Пойманные Гуси выходят из игры. Игра кончается, когда ПОЧТИ все Гуси пойманы. Последний оставшийся Гусь, самый ловкий и быстрый, становится Волком.*Правила игры:*- Гуси должны «летать» по всей площадке. Волк может ловить их только после слов: «Ну, бегите же домой!»  |