

КАРТОТЕКА НАРОДНЫХ ИГР



Воспитатель: Даценко Ю.И.

Адыгские народные игры

1. «Идём на рыбалку» ПЦЭЖЪЫЯШЭ ТЕЖЪАГЪ

Подготовка: В игре участвуют мальчики и девочки. Они делятся на две команды. Игра проводится в воде, на неглубоком месте. Одна команда – это «рыбки» (пцэжъые, вторая команда – это «рыбаки» (пцэжъыяще).

Описание игры: «Рыбаки» по трое или четверо, взявшись за руки, образуют «невод» (хъытыу). По команде главного (водящего) игры «невод» пропускает воду и пытается поймать «рыбок».

Правила игры: «Рыбка» считается пойманной, если руки «рыбаков» замкнули «невод». Нельзя нырять и уходить из «невода». Пойманная «рыбка» выходит из игры.

2. «Всадник» ШЫУ

Подготовка: В игре участвуют четыре и больше игроков. Они распределяются по парам. Отмечается линия старта, а на расстоянии 20 метров от неё проводится линия финиша.

Описание игры: Первый игрок – «конь» - вытягивает руки назад-вниз, а второй – «наездник» - берёт его за руки. По команде в таком положении пары должны добежать до финиша. Победитель пары затем соревнуется с победителем другой.

Правила игры: Побеждает пара, которая ни разу не проиграла забег.

3. «Меткий стрелок» ШЭКЮ ЦЭРЫУ

Подготовка: В игре участвуют пять и более детей. Чертится круг диаметром около двух метров за прямоугольником длиной сторон примерно по три на пять метра. Выбираются два охотника (шакю). В руках у них по мячу. Охотники становятся в круг.

Описание игры: Охотники, находясь в своём домике (круге, должны мячом попасть в игроков, перебегающих коридор (прямоугольник). Выбитый игрок занимает место охотника, а тот который его выбил, занимает место в коридоре.

4. «Метание снежков» ОСІАШКІ

Подготовка: На стене мелом отмечаются круги диаметром 25-30 см по количеству команд. Игроки делятся на команды по 3-5 человек в каждой и становятся за общей линией старта в 5 метрах. Заранее заготавливаются снежки.

Описание игры: По команде все участники одновременно стараются попасть снежками в мишень.

Правила игры: нельзя наступать или переступать за линию старта. Выигрывает команда, которая быстрее залепит свою мишень.

5. «Скакание на одной ноге» ХЪАМЛЪАЩЭ

Подготовка: Игра проводится на ровной площадке. Участвуют два человека. На земле чертится круг диаметром 3 метра.

Описание: Не выходя из круга, один игрок делает скачки на одной ноге и стремится догнать другого игрока. Если ему это удаётся, то игроки меняются местами.

Правила игры: Игроку, за которым ведётся преследование, не разрешается покидать пределы круга. Не разрешается игроку нападения делать смену ног во время соперничества.

6. «Скачки» ШЫГЪАЧЪЭ

Подготовка: В игре участвуют мальчики. Для игры каждый должен иметь палку (хворостину) длиной 1,5-2 метра. Участники выстраиваются на линии старта. В 20-30 метрах отмечается линия финиша.

Описание игры: Игроки пропускают между ног «коня» (палку, придерживая его левой рукой). По команде каждый должен добежать до линии поворота, развернуть и прибежать назад, пересечь линию старта (финиш).

Правила игры: Выигрывает тот, кто первым пересечёт линию финиша. Если во время бега палка окажется в другом положении, игроку засчитывается поражение.

7. «Прыжок лягушки» ХІАНТІЭРКЪО ПКІЭН

Подготовка: Играют два и больше мальчиков. Отмечают линию старта.

Описание игры: Игрок подходит к линии старта и принимает позу лягушки (становится на четвереньки с опорой на кисти и подошвы ног). Затем последовательно прыгает три раза. Последнее место приземления отмечается. Далее то же самое выполняют следующие по очереди.

Правила игры: Нельзя переступить через линию старта и отрывать ладони от пола до начала прыжка. Выигрывает тот, кто прыгнул дальше всех.

8. «Отбирание головных уборов» ЧЭРМЭЧЭЦІ

Подготовка: Игра проходит на большой площадке. Количество игроков от 6 до 25. Выбираются два игрока избирателя – тхьаматэ. Участники по очереди называют имена тех, кого они хотели бы иметь в качестве игрока своей команды. Получаются две команды. Каждая команда на своей стороне чертит круг, чтобы в нём поместились все игроки.

Описание игры: Игра начинается с наступления одной команды с целью отбирания у другой головных уборов. Наступление совершается поочерёдно.

Правила игры: Игрок считается побеждённым тогда, когда с него была снята шапка. Отнимать назад шапку запрещено. Тот, у кого отняли шапку, выбывает из игры.

9. «Бегать» ЧЪЭН

Подготовка: На длинной площадке выстраиваются желание играть. В конце площадки обозначается место, до которого должен дотронуться играющий.

Описание игры: По команде каждый игрок старается быстрее добежать и дотронуться до обозначенного места. Во время бега можно задерживать впереди бегущего соперника захватами рук.

Правила игры: Выигрывает тот, кому удалось прибежать первым. Нельзя толкать в спину или в бок соперника. За это игрок выбывает.

10. «Лебеди и просо» КЪРУ – МЭШ

Подготовка: Количество игроков не ограничено. Выделяются два участника, которые будут главными в команде. Далее определяются игроки каждой команды. Чертится штрафная линия. Необходимо наличие жерди длиной 2-2,5 метра.

Описание игры: В каждой команде берутся за пояс друг друга все составляющие её участники, а впереди находящиеся держатся за концы жерди. По команде игроки начинают перетягивать друг друга за штрафную линию.

Правила игры: Выигрывает та команда, которая заставит своих соперников перейти за штрафную линию.

11. «Скачки»

Цель игры: развитие быстроты, умения ориентироваться, укрепление мышц ног.

Игра предназначена для детей 4—5 лет. На игровой площадке отмечаются линии старта и финиша (на расстоянии 20—30 м).

Игроки садятся на «коня», то есть пропускают между ног хворостину, придерживая ее рукой. По команде каждый должен добежать до линии поворота, развернуться и прибежать назад, пересечь линию старта (финиша).

Правила игры:

- выигрывает тот, кто первый пересечет линию финиша;
- если хворостина во время бега окажется в другом положении (то есть не между ног), игроку засчитывается поражение.

12. «Гонщик бурдюка»

Цель игры: тренировка дыхательной и сердечно-сосудистой системы, развитие быстроты, выносливости.

Для проведения игры у каждого участника должен быть накачанный воздухом бурдюк (бурдюк можно заменить резиновой игрушкой). В игре принимают участие двое и более детей.

Участники игры заходят в воду по пояс, по команде ложатся животом на бурдюк и гребут вдоль берега до установленной линии (20—25 м).

Правила игры:

- выигрывает тот, кто быстрее доберется до установленной линии;
- потерявший бурдюк может взять его снова, принять исходное положение и продолжать движение.

13. «Прыжок лягушки»

Цель игры: укрепление костно-мышечного аппарата ног, туловища.

На игровой площадке отмечается линия старта. Право первым начать игру определяется жребием. Игрок, получивший право на выполнение задания, выходит на линию старта и принимает позу лягушки (становится на четвереньки с опорой на кисти и подошвы ног), затем прыгает вперед три раза. Последнее место приземления отмечается. Затем то же самое выполняют следующие игроки.

Правила игры:

- нельзя переступать через линию старта и отрывать ладошки от земли до начала прыжка. Нарушивший правило проигрывает;
- выигрывает тот, кто прыгнет дальше всех.

Вариант игры: прыжки выполняются спиной вперед.

14. «Журавли-журавушки»

Цель игры: развитие внимания, координации движений, укрепление мышц туловища, спины, живота.

Для игры выбирается водящий-матка — «журавль». На игровой площадке дети выстраиваются в цепочку, лицом к ним стоит matka. Колонна все время движется, сначала медленно, потом ускоряя темп. При этом она выполняет указания вожака. Например, когда водящий говорит: «Желтобрюхая змея», колонна «журавлей» выстраивается в клиновидную фигуру.

Если говорит о лягушках, то колонна в полуприседе прыгает вперед и т. д.

Правила игры:

- проигравшим считается тот, кто не смог выполнить задание и разорвал круг;
- проигравший игрок становится на самый конец колонны;
- matka-«журавль» меняется по договоренности.

15. «Ягненок»

Цель игры: развитие трудовых навыков, ловкости, сообразительности, имитационных движений.

В игре принимают участие 6 и более детей. Свою верхнюю одежду, которую иногда заменяют листьями, складывают в одно место (куча шерсти). Для игры выбирается «пастух» и «ягненок».

Пастух приглашает к себе других участников игры — стригалей на кош. Они имитируют работу стригалей друг на друге. Хозяин вместе с ягненком ходит и следит за качеством работы, иногда давая советы, делая замечания. И вот стригалю надоедает ягненок. Они его уводят и прячут в «куче шерсти». Пастух сначала не замечает пропажи, а потом начинает поиски ягненка. Когда он его находит, то помогает ему подняться и бросается ловить стригалей. Кого поймает, тот становится пастухом.

Правила игры:

- «ягненок» не оказывает сопротивления, когда его уводят, и не встает сам, пока его не поднимет «пастух»;

- пойманным или раненым считается тот, кого пастух хлопнет по спине или по плечу.

16. «Перетягивание веревки»

Цель игры: развитие выносливости, ловкости, укрепление мышц туловища, рук, ног. На игровой площадке чертится круг диаметром 3—4 м. Играющие заходят в круг и надевают веревку так, чтобы она прошла под руками (веревка завязывается так, чтобы с обеих сторон были кольца диаметром 1,5—2 м). Подав корпусом немного вперед, игроки натягивают веревку. По команде каждый играющий стремится выйти из круга.

Правила игры:

- выигрывает тот, кто первым выйдет из круга двумя ногами;
- нельзя дотрагиваться до пола руками.

Вариант игры: — можно игру завершить после перетягивания противника из круга.

17. «Драчливый баран»

Цель игры: развитие выносливости, укрепление мышц туловища.

На игровой площадке очерчивается круг диаметром 1,5—3,5 м (в зависимости от возраста детей).

Два игрока становятся на четвереньки друг перед другом так, чтобы правое (левое) плечо упиралось в правое (левое) плечо соперника. По условному сигналу судьи соперники стараются вытолкнуть друг друга из круга.

Правила игры:

- по договоренности можно менять плечи. Для этого нужно поднять руку, чтобы судья остановил встречу.

Проигравшим считается тот, кто:

- коснется какой-нибудь частью тела земли за очерченным участком;
- упадет или перейдет в другое положение, чем на четвереньках.

18. «Кто быстрее»

Цель игры: развитие быстроты, ловкости, укрепление мышц ног.

На игровой площадке выстраиваются желающие играть. На расстоянии 50—60 м от начала игровой площадки обозначается место, до которого должен добежать игрок и дотронуться рукой. Во время бега можно задерживать впереди бегущего захватами рук.

Правила игры:

- выигрывает тот, кто первый добежит до условленного места;
- нельзя толкать в спину или в бок соперника. В этом случае игрок получает условленное количество штрафных очков.

Варианты игры:

- то же задание, что и при основном варианте, но бег осуществлять спиной вперед;
- участники делятся на две команды. Добежавший первым приносит 4 выигранных очка, вторым — 2. Пришедший последним получает 4 штрафных очка. Победителем считается команда, набравшая большее число выигранных очков.

19. «Снимать сыр»

Цель игры: укрепление мышц рук и ног, ловкости.

На игровой площадке вкапывается гладко обструганный длинный шест, на конце которого прибивают небольшую корзинку, в которую кладут разные игрушки, сладости. Принимающий участие в игре подходит к шесту и, обхватив его руками и ногами, залазит наверх и берет все, что может взять в одну руку. Затем спускается.

Правила игры:

- нельзя сбрасывать лежащие в корзине предметы;
- предметы, выпавшие из рук игрока при спуске, могут принадлежать любому из стоящих внизу;
- чтобы руки не скользили, их можно натереть песком или золой.

20. «Всадник»

Цель игры: развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве, согласованности в движениях.

Играющие распределяются по парам: один — «конь», другой — «наездник». Игрок-«конь» вытягивает руки назад-вниз, игрок-«наездник» берет его за руки. По команде в таком положении пары должны пробежать до финиша. Победитель пары затем соревнуется с победителем другой пары.

Правила игры: побеждает пара, которая ни разу не проиграла заезд.

21. «Сильные ноги»

Цель игры: развитие силы, укрепление мышц туловища, стоп.

В игре участвуют два мальчика. Они ложатся на спину и упираются стопами согнутых в коленях ног. По сигналу судьи игроки должны выпрямить ноги.

Правила игры:

- выигрывает тот, кто передвинет или заставит согнуть ноги противника;
- при выполнении задания руки игроков должны лежать на груди.

22. «Пешие всадники»

Цель игры: развитие выносливости, ловкости, укрепление мышц туловища, нижних конечностей, координации движений.

Играющие выбирают себе пары, а внутри каждой пары определяют, кто будет «всадником», а кто «лошадью». «Всадник» садится на спину «лошади» и плотно захватывает его туловище ногами. Нижний партнер также помогает «всаднику» руками

удержаться в «седле». Затем «лошади» сходятся, а «всадники» стараются сбросить своего противника с «коня».

Правила игры:

- побеждает та пара, которая удержалась на ногах и не упала;
- пара выбывает из игры в том случае, если кто-либо из партнеров упадет на землю;
- «лошадь» в непосредственную борьбу не вступает.

Варианты игры:

- можно играть командами. Членам одной команды, не выбывшим из игры, разрешается помогать друг другу;
- возможно увеличение физической нагрузки за счет того, что «всадники» будут сидеть не на спине, а на плечах.

23. «Захват противника»

Цель игры: развитие ловкости, быстроты, внимания.

Описание игры: на игровой площадке на расстоянии 60—70 м друг от друга вбивается два колышка. В игре принимают участие 6 и более человек. Играющие делятся на две группы, каждая из которых выстраивается возле своего колышка. Группа, которой по жребию выпало начинать игру, выделяет одного человека, который должен пробежать до колышка противоположной стороны площадки и дотронуться до него. Ему помогают защитники своей команды. «Противники» в свою очередь пытаются задержать нападающего.

Правила игры:

Если нападающий дотронулся до колышка, то ему дается возможность нападать еще раз. В противном случае нападает противоположная команда.

Команда получает одно очко, если нападающий коснулся колышка.

Команда, большее количество раз дотронувшаяся до колышка, считается победительницей.

Можно задерживать противника захватом за плечи, за руки, за туловище движений, ловкость, мускулатуру ног.

24 «Прятки» (КЪАК КЪАНГЪЭБЫЛЬ)

Цель игры. Развитие произвольного внимания, ловкости, быстроты реакции.

Подготовка. Игра проводится на открытом воздухе. Количество играющих не ограничено. Игроки берут длинную палку, и каждый быстро хватается за нее одной рукой: чья рука окажется сверху, тот и водит. Определяется предел счета.

Описание игры. Водящий подходит к дереву или забору, закрывает глаза и громко считает в среднем темпе до указанной цифры. После чего так же громко объявляет: «Иду». Затем он ищет спрятавшихся игроков. Обнаружив кого-либо, ведущий должен догнать его и хлопнуть по плечу или спине. В случае, если водящий догнал несколько человек, водит тот, кого осалили последним. Цель спрятавшегося игрока - пробежать и дотронуться до того места, где стоял водящий.

движений, ловкость, мускулатуру ног.

25. «Слепой медведь» (МЫШЪЭ НЭШЪУ)

Цель игры. Развитие слухового восприятия, ловкости, интуиции.

Подготовка. Играющие свободно размещаются на площадке. У каждого игрока две палочки: одна гладкая, другая с рубцами.

Описание игры. Игроки выбирают водящего - медведя, которому завязывают глаза. Остальные водят гладкой палочкой по палочке с зубцами, возникает звук. Медведь идет на звук, стараясь осалить кого-нибудь из играющих. Тот, кого медведь осалит, становится водящим.

Правила игры.

Водящий не должен подглядывать.

Игрокам не разрешается убегать за линию площадки.

Если медведь долгое время не может никого осалить, надо его заменить.

26. «Под буркой»

Цель игры. Развитие интуиции, мышления.

Подготовка. Играющие делятся на две команды по пять-восемь человек. По жребию определяют, в какой команде будет бурка (национальный вид одежды). Старший тамада садится на землю, укрывшись буркой, а игроки команды располагаются вокруг, охраняя его.

Описание игры. Другая команда, водящая, отходит от них на 20 метров. По указанию тамады от водящих к соперникам идут два игрока. Увидев их, охрана спрашивает: «Кто идет?» Если идущие не отвечают, то вопрос задают повторно. Не доходя двух-трех метров до бурки, ходоки останавливаются и по очереди отвечают: «Гости». «Если гости - проходите. Добро пожаловать!» - говорит тамада под буркой. Продвигаясь ближе к бурке, пришедшие говорят: «Мы не гости, мы медведь и волк». После этого тамада, не снимая бурки, пытается угадать, кто подошел, и говорит с возмущением: «Так вы не гости, вы обманщики! Медведь - это... (имя игрока), а волк, (имя)». Если пришедших узнали, они сразу убегают, а охрана их догоняет. Тот, кого охрана осалит, становится пленником тамады. Когда тамада ошибается, пришедшие спокойно забирают двух игроков из его охраны и возвращаются к своим.

Русские народные игры

1. «Пчелки и ласточка»

Цель: развивать ловкость, быстроту движения.

Ход игры. Играющие дети – «пчелки» – сидят на корточках. «Ласточка» – в своем «гнезде».

Пчелки (*сидят на поляне и напевают*).

Пчелки летают, медок собирают!

Зум, зум, зум! Зум, зум, зум

Ласточка. Ласточка летает,

Пчелок поймает!

«Вылетает» и ловит «пчел». Пойманный становится «ласточкой».

2. «Капуста»

Цель: развивать двигательную активность детей.

Ход игры. Круг – это огород. В середине складывают платки, обозначающие капусту. «Хозяин» садится рядом с «капустой» и говорит:

Я на камешке сажу,

Мелки колышки тешу.

Мелки колышки тешу,

Огород свой горожу.

Чтоб капусту не украли,

В огород не прибежали

Волки и синицы, бобры и куницы,

Заяц усатый, медведь косолапый.

Дети стараются забежать в «огород», схватить «капусту» и убежать. Кого «хозяин» поймает – из игры выбывает. Участник, который больше всего унес «капусты», – победитель.

3. «Мячик кверху»

Цель: развивать умение попадать в мишень.

Ход игры. Играющие встают в круг, водящий идет в середину круга и бросает мяч, говоря: «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 к нему. Игрок, в которого попал мяч, становится ведущим.

4. «Волк»

Цель: развивать двигательную активность.

Ход игры. Все играющие – «овцы», они просят «волка» пустить их в лес погулять: «Разреши нам, волк, погулять в твоем лесу!» Он отвечает: «Гуляйте, гуляйте, да только травку не щиплите, а то мне спать будет не на чем». «Овцы» сначала только гуляют в лесу, но скоро забывают обещание, щиплют траву и поют:

Щиплем, щиплем травку, зеленую муравку.

Бабушке на рукавички, дедушке на кафтанчик,
Серому волку грязи на лопату!

«Волк» бежит по поляне и ловит «овец», пойманный становится «волком», игра возобновляется.

Правила игры. Гуляя по лесу, «овцы» должны расходиться по всей поляне.

5. «Блуждающий мяч»

Цель: развивать внимание, ловкость движения.

Ход игры. Все играющие, кроме водящего, встают в круг на расстоянии вытянутой руки. Они передают друг другу большой мяч. Водящий бегаёт вне круга и старается дотронуться до мяча рукой. Если это ему удастся, то он идёт на место того игрока, в руках которого находился мяч, а играющий выходит за круг. Игра повторяется.

Правила игры. Передавая мяч, играющие не должны сходить с места. Нельзя передавать мяч через одного, можно только рядом стоящему игроку. Игрок, уронивший мяч, становится водящим.

6. «Ключи»

Цель: развивать внимание, быстроту.

Ход игры. Играющие дети встают в кружки, начерченные на земле. Водящий подходит к игроку и спрашивает: «Где ключи?», тот отвечает: «Пойди к Саше (Сереже), постучи». Во время этого разговора играющие стараются поменяться местами. Водящий должен быстро занять кружок, свободный во время перебежки. Если он долго не сможет его занять, то может крикнуть: «Нашёл ключи». Все играющие должны при этом поменяться местами, и водящий занимает чей-нибудь кружок. Ребёнок, оставшийся без места, становится водящим.

7. «Стадо»

Цель: развивать память, внимание.

Ход игры. Играющие выбирают «пастуха» и «волка», а все остальные – «овцы». Дом «волка» в саду, а у «овец» два «дома» на противоположных концах площадки. «Овцы» громко зовут «пастуха»:

Пастушок, пастушок, заиграй во рожок.
Травка мягкая, роса сладкая,
Гони стадо в поле, погуляй на воле.

«Пастух» выгоняет «овец» на луг, они ходят, бегают, щиплют травку. По сигналу «пастуха» «Волк!» все «овцы» бегут в дом на противоположную сторону площадки. «Пастух» встает на пути «волка», защищает стадо. Все, кого поймал «волк», выходят из игры.

Правила игры. Во время перебежки «овцам» нельзя возвращаться в тот дом, из которого они вышли. «Волк» «овец» не ловит, а дотрагивается до них рукой. «Пастух» может только заслонять «овец» от волка, но не должен задерживать его руками.

8. «Снежная баба»

Цель: развивать двигательный аппарат, ловкость.

Ход игры. Выбирается «снежная баба». Она садится на кор-точки в конце площадки. Дети идут к ней, притопывая.

Баба снежная стоит,
Ночью дремлет, днями спит,
Вечерами тихо ждет,
Ночью всех пугать идет.

На эти слова «снежная баба» просыпается и догоняет детей. Кого поймает, тот становится «снежной бабой».

9. «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.

10. «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.

Армянские народные игры

1. «Отгадай, кто?» (Гушаки овэ?)

Играют дети младшего и среднего школьного возраста, 10-15 человек. Площадка для игры условно ограничивается, размер ее зависит от количества играющих. Из играющих выбирается водящий, который садится скрестив ноги в центре площадки. Остальные игроки становятся вокруг него на расстоянии 3-4 м.

Водящий начинает всевозможными движениями рук, тела подражать, например, какой-либо птице или животному. Все играющие, стоящие вокруг него, стараются отгадать, какую птицу он изображает. Тому, кто угадал, водящий говорит: «Да!» После этого все убегают за установленные границы площадки, а водящий их догоняет. Тот, кого он догонит, становится водящим. Если никого не догонит, то продолжает водить.

Правила игры.

1. Любой из игроков имеет право назвать птицу или животное.
2. Играющие могут убежать только после того, как водящий скажет «да».
3. Ловить можно до установленных пределов площадки.
4. Если игрокам не удастся отгадать, кого изображал водящий, то сам водящий громко называет птицу (животное), которую изображал, и гонится за игроками, которые убегают за пределы площадки.

2. «Дай руку» (Тур дзеркт)

Играющие распределяются на пары на все время игры. Выбирается по жребию водящая пара. Взявшись за руки, она в пределах площадки старается поймать кого-либо, окружив руками. Задача остальных игроков - убежать и не попадать в ловушку. Пойманный игрок со своим партнером становятся водящей парой, а бывшие водящие присоединяются к остальным и убегают от водящей пары.

Правила игры.

1. Игра начинается по команде водящих игроков.
2. Игрок считается пойманным, если водящая пара окружит его, не разъединив руки. Если во время ловли водящие разъединят руки, игрок не считается пойманным.
3. Все играющие, кроме водящих, свободно бегают по площадке до тех пор, пока один из них не будет пойман.

3. «Цветы и ветерки»

Цель игры: развитие двигательных качеств, внимания, выдержки.

В середине игровой площадки на расстоянии 2 м проводятся две черты. За ними на расстоянии 10—15 м проводятся еще две черты. Выбираются две команды: цветы и «ветерки». Каждая из команд стоит перед внутренней чертой лицом к команде соперников.

Игру начинают «цветы», заранее выбрав себе имя — название цветка. Они говорят: «Здравствуйте, ветерки!» «Здравствуйте, цветы!» — отвечают ветерки. «Ветерки, ветерки, угадайте наши имена», — вновь говорит «цветы». «Ветерки» начинают угадывать названия «цветов». И как только угадывают, цветы убегают за вторую черту. «Ветерки» их догоняют.

Правила игры:

очки определяются по числу пойманных цветов;

победителя определяют по условленной сумме очков;

после одной игры команды меняются ролями.

Развивает: внимание, выдержку, двигательные навыки.

4. «Статуя» (Карарцан)

Игроки делятся на ловцов и убегающих. На каждые 5 игроков назначают одного ловца, на 20 человек - четверых ловцов. По назначению руководителя ловцы выходят за пределы поля, а убегающие свободно располагаются на площадке. По сигналу ловцы преследуют остальных игроков, стремясь одного из них осалить. Осаленный должен тут же остановиться (замереть на месте) в том положении, в котором его осалили. Того, кто замер, может «освободить» любой игрок, коснувшись его. Игра заканчивается, когда будут осалены все игроки. После этого выбирают новых ловцов и игра продолжается.

Правила игры.

1. Осаливать игрока можно, коснувшись ладонью любого места тела, кроме головы.
2. Убегающий, по инерции выбежавший за пределы поля, считается выбывшим из игры.

5. «Пастух»

Цель игры: развитие внимания, ловкости, быстроты реакции.

На игровой площадке чертится линия — ручеек, по одну сторону от которого собираются выбранные пастух и овцы, по другую сидит волк. Овцы стоят позади пастуха, обхватив друг друга за пояс.

Волк обращается к пастуху со словами: «Я волк горный, унесу!» Пастух отвечает: «А я пастух смелый, не отдам». После этих слов пастуха волк перепрыгивает через ручеек и старается дотянуться до овец. Пастух, расставив руки в стороны, защищает овец от волка, не давая ему возможности дотронуться до них. В случае удачи волк уводит добычу с собой. Игра начинается сначала, но меняются роли.

Правила игры:

волк переходит линию только после слов пастуха «не отдам»;

овца, до которой дотронулся волк, должна без сопротивления идти за волком.

Развивает: быстроту реакции, внимание, ловкость.

6. «Крепость» (Берд)

Цель игры: развитие сообразительности, ловкости, согласованности движения.

Игроки делятся на две команды. По жребию определяют, какая из команд будет защищать крепость, а какая нападать. В центре игровой площадки кладут доску (камень, коврик). Это и есть крепость. По сигналу защитники окружают крепость на расстоянии 2—3 м и защищают ее от нападения соперников. Нападающие расходятся в разные стороны. Крепость считается завоеванной, если кто-нибудь из игроков наступит ногой на доску и не будет пойман защитником. Нападающие составляют различные планы осады, подходят к защитникам и всячески их отвлекают. Таким образом нападающие стремятся прорваться к крепости, а защитники стараются их поймать. Защитники, оставшиеся за прорванной линией, выбывают из игры. Нападающий, который сумел прорвать цепь защитников, но не успел поставить ногу на доску до того, как его поймают, тоже выходит из игры.

Правила игры: Если же всех нападающих поймают защитники, то игроки меняются местами.

7. «Перетягивание палки»

Цель игры: развитие силы, выдержки, укрепление мышц туловища.

Два игрока садятся на пол друг против друга, упираясь ступнями. В руки они берут палку (можно веревку, ремешок, или просто держаться за руки). При этом одна рука находится в середине палки, другая с краю. По сигналу игроки начинают тянуть друг друга, стараясь поднять соперника па ноги.

Правила игры: выигрывает тот игрок, которому удастся поднять противника на ноги. Выигравший имеет право продолжить игру со следующим игроком.

Развивает: выдержку, силу.

8. «Прятки»

Цель игры: развитие внимания, быстроты реакции, умения ориентироваться в пространстве.

Все играющие делятся на две команды, которые возглавляют капитаны. По жребию определяют, кто будет прятаться, а кто — разыскивать.

Для игры устанавливают место (дерево, стену, дверь и т. п.) — «город», куда должны прибежать игроки. Тех, кто должен прятаться, уводит капитан команды, указывает им места для укрытия, а сам возвращается к команде, которая должна разыскивать спрятавшихся. Капитан ходит, все время выкрикивая: «Мы находимся... (называет местонахождение)!» Это помогает его команде ориентироваться: оставаться в укрытии или бежать завоевывать «город».

Если те, кто ищет, заметят хотя бы одного из спрятавшихся, они громко называют его имя и место укрытия, а сами группой бегут в «город». Команда, прибежавшая в «город» раньше другой, получает очко. Команда, которая прячется, может подбежать и завоевать «город» еще до выявления местонахождения соперников или после того, как их увидели.

Правила игры: при повторении игры, если выиграли те, кто искал, все игроки меняются ролями, а если нет, продолжают играть в том же порядке.

Развивает: быстроту реакции, внимание, умение ориентироваться в пространстве.

9. «Побеги, подбери и скорее вернись» (Вази, верцру ев штап верадарци)

Это древняя армянская национальная игра. Игра проводится на большой площадке, на стадионе. Для игры требуются флажки, булавы, мячи, камни и другие предметы (по количеству играющих). На площадке проводится линия старта, на расстоянии 50-100 м от нее чертятся два круга или линия. Предметы кладут за линию (вдоль нее) или в круги. За линией старта тоже чертится по кругу для каждой команды. Играющие делятся на две равные команды, каждая располагается в колонну по одному за стартовой линией. По сигналу руководителя первые номера команд бегут к предметам, подбирают любой из них в своем круге (или за линией), бегут к кругу у линии старта и кладут в него предмет. Затем они дотрагиваются рукой до следующего в колонне игрока и становятся в конец колонны. Второй номер также бежит за предметом и выполняет то же задание. Игра заканчивается, когда последний номер команды вернется за линию старта. Выигрывает команда, игроки которой быстрее перенесут предметы в свой круг за линией старта.

Правила игры.

1. Начинать игру можно только по сигналу руководителя.
2. Прежде чем подобрать предмет из круга, игрок должен обязательно обежать круг.
3. Очередной игрок может бежать только тогда, когда до него дотронется предыдущий.

10. «Земля, вода, огонь, воздух»

Играющие становятся в круг, в середине его стоит ведущий. Он бросает мяч кому-нибудь из играющих, произнося при этом одно из четырех слов: земля, вода, воздух, огонь. Если водящий сказал слово «Земля!», тот, кто поймал мяч, должен быстро назвать какое-либо домашнее или дикое животное; на слово «Вода!» играющий отвечает названием какой-либо рыбы; на слово «Воздух!» — названием птицы. При слове «Огонь!» все должны несколько раз быстро повернуться кругом, помахивая руками. Затем мяч возвращают водящему.

Правила игры. Ошибающийся не играет.

11. «Похитители огня»

Цель игры: развитие ловкости, быстроты; укрепление костно-мышечного аппарата ног.

На игровой площадке прямоугольной формы (длина — 30—40 м, ширина — 15—20 м) в каждом углу чертится круг диаметром 2—4 м. Круги обозначают крепость. Внутри игровой площадки чертятся линии опасности (или линии огня) длиной 2—3 м. Играющие делятся на команды по 10—15 человек. Каждая команда располагается вдоль своей линии опасности. Команды выбирают капитанов и отличительный знак (элемент национального костюма). По жребию выбирается команда, начинающая игру первой. По определенному сигналу капитан команды, начинающей игру, подходит к противникам, легким ударом по руке любого из игроков берет огонь и убегает к своей границе. Тот бежит за ним, стараясь поймать, пока первый игрок не добежит до границы. Если убегающего игрока поймают, он становится пленником и его сажают в крепость противника. Если же не удастся догнать убегающего, а догоняющий игрок доходит уже до линии опасности, то из команды соперника выбегает другой игрок и старается взять в плен догоняющего.

Правила игры:

игра продолжается до тех пор, пока все игроки какой-либо команды не окажутся в плену;

преследователь должен догонять противника до линии опасности, откуда начали игру;

преследователь, догнавший убежавшего, становится носителем огня. Он может подойти к шеренге противника и, ударив по руке любого игрока, убежать обратно к своей границе как начинающий игру;

пленники освобождаются в том случае, когда их друг, получив огонь от соперника, беспрепятственно проходит в крепость и касается их рукой: они все быстро бегут к своей границе.

Развивает: быстроту движения, ловкость.

12. «Три камня»

Перед началом игры на площадке отмечают место, где должны быть положены один на другой 3 плоских предмета — камня. В 3—5 м от камней проводится линия, откуда игроки должны ударить мячом по камням. У камней остается водящий. Сбив камни, игроки разбегаются и прячутся. Собрав камни на место, водящий с мячом в руках идет искать спрятавшихся. Увидя кого-либо, он называет его имя, бросает в него мяч и бежит к камням. Если он успеет вернуться к камням раньше найденного игрока, тот выходит из игры. Если найденный игрок оказывается у камней раньше, он сбивает камни и снова прячется. Пока водящий ищет игроков, любой из них может выбежать и сбить камни. Если это удастся сделать, то все пойманные игроки имеют право опять прятаться. Игра продолжается до тех пор, пока водящий не поймает всех игроков.

Правила игры. Прятаться можно только тогда, когда будут сбиты камни. Водящий ищет игроков после того, как он соберет и положит все камни на место. Назвав имя спрятавшегося игрока, водящий должен успеть прибежать к камням. Если названный игрок сумеет обогнать водящего, тот мячом выбивает его из игры.

Татарские народные игры

1. «Угадай и догони».

Цель: развивать внимание, быстроту реакции, ловкость.

Ход игры. Играющие садятся на скамейку или траву в один ряд. Впереди садится водящий с закрытыми глазами. Один из игроков подходит к водящему, кладет руку на плечо и шепотом называет по имени. Водящий должен отгадать, кто это. Если он угадает, то быстро снимает повязку и догоняет убегающего. Если водящий назвал имя игрока неправильно, тогда подходит другой игрок. Если имя названо правильно, игрок задевает водящего по плечу, давая понять, что нужно бежать.

Правила игры. В случае если водящий не поймет товарища, можно повторить имя еще раз. Поймав игрока, водящий садится в конец колонны, а пойманный становится водящим. В игре устанавливается строгая очередность.

2. «Хлопушки»

Цель: развивать быстроту, ловкость.

Ход игры. На противоположных сторонах площадки отмечаются двумя параллельными линиями два города. Расстояние между ними 20–30 метров. Все дети выстраиваются у одного из городов в одну шеренгу: левая рука на поясе, правая 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 наперегонки к противоположному городу. Кто быстрее добежит, тот останется в новом городе, а отставший становится водящим.

Правила игры. Пока водящий не коснется чьей-нибудь ладони, бежать нельзя. Во время бега игроки не должны задевать друг друга.

3. «Перехватчики»

Цель: развивать ловкость, быстроту.

Ход игры. На противоположных концах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются в одном из них в шеренгу. В середине, лицом к детям, находится водящий. Дети хором произносят слова:

Мы умеем быстро бегать,

Любим прыгать и скакать.

Раз, два, три, четыре, пять,

Ни за что нас не поймать!

После окончания этих слов все бегут врассыпную через площадку в другой дом. Водящий старается запятнать перебежчиков. Один из запятнанных становится водящим, и игра продолжается. В конце игры отмечаются лучшие ребята, не попавшиеся ни разу.

Правила игры. Водящий ловит игроков, прикасаясь к плечу рукой. Запятнанные отходят в условленное место.

4. «Лисички и курочки»

Цель: развивать двигательную активность.

Ход игры. На одном конце площадки находятся «в курятнике куры и петухи». На противоположном – стоит «лисичка». «Курочки» и «петухи» ходят по площадке, делая вид, что клюют зернышки, ищут червячков и т. д. Когда к ним подкрадывается «лисичка», «петухи» кричат: «Ку-ка-ре-ку!» По этому сигналу все бегут в «курятник», за ними бросается «лисичка», которая старается поймать любого из игроков.

Правила игры. Если не удастся запятнать кого-либо из игроков, то «лисичка» снова водит.

5. «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 угошение
- 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.

6. «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.

7. «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.

8. «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.

9. «Займи место» (Буш урьш)

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 стрекоду 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. Оббежавший круг раньше занимает свободное место, а отставший становится водящим.

Кавказская народная игра «Перетягивание»

Цель: развивать силу, ловкость.

Ход игры. На площадке чертится большой круг. Он делится пополам чертой. По обе стороны от нее, спинами друг к другу, становятся два участника игры. На них надевается стальной обруч. По сигналу оба игрока начинают тянуть друг друга из круга. Кто кого вытянет, тот и выиграл.

Правила игры. Начинать тянуть следует одновременно по команде: «Марш!» Тянуть надо только вперед за счет корпуса и ног.

Кавказская народная игра «Жмурки-носильщики»

Цель: развивать внимание, ловкость.

Ход игры. В одном конце площадки ставится небольшой столик, на нем раскладывают 10 мелких игрушек. На другом конце площадки, шагах в 10–15 от столика, – два стула. Из числа играющих выбирают двух носильщиков. Они садятся на стулья лицом к столику, обоим завязывают глаза. Каждый носильщик должен перенести со столика на свой стул 5 предметов. Победит тот, кто раньше справится с работой.

Правила игры. Оба носильщика начинают игру одновременно, по сигналу. Переносить можно только по 1 предмету. В ходе игры необходимо следить, чтобы носильщики не сталкивались, идя навстречу друг другу.

Дагестанская народная игра «Подними игрушку»

Цель: развивать ловкость движений.

Ход игры. Игроки становятся в круг, в центре его кладут любую крупную игрушку. Воспитатель ударяет в бубен, все играющие движутся по кругу. По окончании звона каждый участник игры старается первым поднять игрушку.

Правила игры. Нельзя тянуть за игрушку и выходить из круга раньше, чем перестанет звучать бубен.

Грузинская народная игра «День и ночь»

Цель: развивать двигательную активность.

Ход игры. На некотором расстоянии друг от друга проводятся две линии. У одной линии выстраиваются мальчики, у другой – девочки. Ведущий между ними. Команда мальчиков – «Ночь», а команда девочек – «День». По команде «Ночь» мальчики ловят девочек, по команде «День» девочки ловят мальчиков. Тот, кого поймали, переходит в команду противников.

Дагестанская народная игра «Надень шапку»

Цель: развивать внимание, координацию.

Ход игры. Мальчик сидит на стуле. На 8–10 шагов от него отводят водящего, поворачивают лицом к сидящему, чтобы водящий сориентировался, где тот сидит. Водящему закрывают глаза, поворачивают кругом и дают в руки шапку. Он должен сделать определенное количество шагов и надеть шапку на мальчика. Остальные

игроки считают вслух шаги водящего и болеют за него. При повторении игры на эти роли назначают других детей.

Правила игры. Водящий не должен подсматривать; играющие не должны помогать водящему, подсказывать ему.

Грузинская народная игра «Дети и петух»

Цель: развивать ловкость, быстроту.

Ход игры. Один из игроков изображает петуха. «Петух» выходит из своего домика, ходит по площадке и три раза кукарекает. Игроки в ответ: «Петушок, петушок, золотой гребешок, масляна головушка, шелкова бородушка! Что так рано встаешь, детям спать не даешь?»

После этого «петух» опять кукарекает, хлопает «крыльями» и начинает ловить детей, которые, выйдя из своих домиков, бегают по площадке.

Правила игры. Ловить детей в домике нельзя.