Методическое пособие

"Подвижные игры народов России"

Материал подготовила инструктор
по физической культуре
Прокопенко Ирина Владимировна

Введение:

Подвижная игра - естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. В них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои. Игры помогают сформировать представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Они стимулируют детей проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе.

Народные игры являются неотъемлемой частью нравственного воспитания, художественно-эстетического и физического развития дошкольников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре народов России, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития.

Продаем горшки Чулмак уены

Играющие делятся 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 обегают три раза). Кто быстрее добежит до свободного места в кругу, тот занимает это место, а отставший становится водящим.

Правила игры.

Бегать разрешается только по кругу, не пересекая его.

Бегущие не имеют права задевать других игроков.

Водящий начинает бег в любом направлении.

Если он начал бег влево, запятнанный должен бежать вправо.

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.

Правила игры.

Нельзя выталкивать друг друга из кружков. Двое играющих не могут находиться в одном кружке. При смене мест кружок считается за тем, кто раньше вступил в него.

Кто первый? Узыш уены?

Играющие выстраиваются в шеренгу на одной стороне площадки, на другой — ставится флажок, обозначающий конец дистанции. По сигналу участники начинают бег наперегонки. Кто пробежит это расстояние первым, гот считается победителем,

Правила игры.

Расстояние с одного конца площадки до другого должно быть не более 30 м. Сигналом может служить слово, хлопок. При беге нельзя толкать игроков.

Лисички и курочки — Толке һем тавыклар

Правила игры. Выбирается участник для роли лисы. Если водящему не удаётся запятнать кого-либо из игроков, то он снова водит. На одном конце площадки находятся в курятнике куры и петухи. На противоположном — стоит лисичка. Курочки и петухи (от трёх до пяти игроков) ходят по площадке, делая вид, что клюют различных насекомых, зёрна и тому подобное. Когда к ним подкрадывается лисичка, петухи кричат: «Ку-ка-ре-ку!». По этому сигналу все бегут в курятник, за ними бросается лисичка, которая старается запятнать любого из игроков.

Хромая лиса — Аксау төлке

Перед началом игры на земле рисуются два круга: диаметром 510 м (курятник) и диаметром 12 м (дом хозяина). Играющие (их может быть от пяти до двадцати человек) выбирают хозяина и лису. Остальные играющие куры. Лиса бежит мимо дома хозяина. Хозяин спрашивает ее: «Куда ты?» «За шубой», отвечает лиса. После этого хозяин «засыпает», а лиса бежит в курятник и должна, прыгая на одной ноге, поймать кур (куры бегают на двух ногах). Если лиса осалила курицу, та становится лисой.

А хозяин из своего круга следит за тем, чтобы лиса все время скакала на одной ноге. Если же лиса встанет на две ноги, хозяин «просыпается», бежит в курятник и ловит ее. Если поймал, то сам становится лисой.

Бег по следу Эзеннән бару

Играющие разбиваются на; две команды и выстраиваются в две колонны за линией старта. Для каждой команды чертятся от линии старта непрерывные прямые линии, большие круги, спирали и другие фигуры. Первые игроки команд начинают бег по нарисованным линиям. Вернувшись, они касаются руками вторых игроков своих команд, а сами становятся в конец колонны. Остальные пробегают это же расстояние. Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.

Правила:

Не разрешается начинать бег, пока возвратившийся игрок не коснется рукой следующего.

При беге надо строго придерживаться линий дистанции.

Бой мешками
Әтәчләр талашуы

Шуточное состязание. Игроки садятся или встают на закрепленное округлое бревно им даются мешки наполненные тряпками или соломой и этими мешками они должны друг друга сбивать с бревна.

Слепая охота
Кисеп алу

Шуточное состязание. Игроки должны с завязанными глазами с ножницами в руках подойти к указанному месту и срезать сувенир. Кто быстрее срезал – то и выиграл. Зрители подсказывают участникам направление.

Тимербай

Играющие, взявшись за руки, делают круг. Выбирают водящего — Тимербая. Он становится в центре круга. Водящий говорит:

Пять детей у Тимербая,
Дружно, весело играют.
В речке быстрой искупались
Нашалились, наплескались,
Хорошенечко отмылись
И красиво нарядились.
И ни есть, ни пить не стали,
В лес под вечер прибежали,
Друг на друга поглядели,
Сделали вот так!

С последними словами вот так водящий делает какое-нибудь движение. Все должны повторить его. Затем водящий выбирает кого-нибудь вместо себя.

Правила игры. Движения, которые уже показывали, повторять нельзя. Показанные движения надо выполнять точно. Можно использовать в игре различные предметы (мячи, косички, ленточки и т. д.).

Займи место Буш урын

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 стрекочу
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. Обежавший круг раньше занимает свободное место, а отставший становится водящим.

Правила игры. Круг должен сразу остановиться при слове беги. Бежать разрешается только по кругу, не пересекая его. Во время бега нельзя касаться стоящих в кругу.

В узелки Әйберләрне төенчек

В эту игру хорошо играть всем вместе
Платок или шарф завязывают в узелок. Все выбирают водящего и садятся в круг на расстоянии 1,5-2 метра друга от друга. Водящий выходит из круга, а игроки начинают перекидывать узелок соседу справа или слева. Тот ловит и кидает тоже в любую сторону. Водящий бегает и старается поймать узелок. Если он даже коснулся узелка, игрок, у которого он был, начинает водить.

Правила игры: водящий не может входить в круг! Нельзя дразнить водящего («играть в собачки») нужно сразу, получив узелок, перекидывать его другому игроку. Нельзя кидать узелок через центр круга.

Ловишки Тотыш уены

По сигналу все играющие разбегаются по площадке. Водящий старается запятнать любого из игроков. Каждый, кого он поймает, становится его помощником. Взявшись за руки, вдвоем, затем втроем, вчетвером и т. д. они ловят бегающих, пока не поймают всех.

Правила игры. Пойманным считается тот, кого водящий коснулся рукой. Пойманные - ловят всех остальных, только взявшись за руки.

Спутанные кони Тышаулы атлар

Играющие делятся на три-четыре команды и выстраиваются за линией. Напротив линии ставят флажки, стойки. По сигналу первые игроки команд начинают прыжки, обегают флажки и возвращаются обратно бегом. Затем бегут вторые и т. д. Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.

Правила игры. Расстояние от линии до флажков, стоек должно быть не более 20 м. Прыгать следует правильно, отталкиваясь обеими ногами одновременно, помогая руками. Бежать нужно в указанном направлении (справа или слева). Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.

Кто дальше бросит? Ырғыту уены

Играющие выстраиваются в две шеренги по обе стороны площадки. В центре площадки находится флажок на расстоянии не менее 8—10 м от каждой команды. По сигналу игроки первой шеренги бросают мешочки вдаль, стараясь добросить до флажка, то же делают игроки второй шеренги.Побеждает шеренга, в чьей команде большее число участников добросит мешочки до флажка.

Правила игры. Бросать все должны по сигналу. Счет ведут ведущие команд.

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 переклички все подходят к тому месту, где прячется серый волк, и хором говорят:

Соберу я ягоды и сварю варенье,
Милой моей бабушке будет угощенье.
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.

***Правила игры*. Изображающему серого волка нельзя выскакивать, а всем игрокам убегать раньше, чем будут произнесены слова не видать. Ловить убегающих можно только до черты дома.**

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.

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

Перехватчики Куышу уены

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 их плечу рукой. Запятнанные отходят в условленное место.

Угадай и догони Читанме, бузме

Играющие садятся на скамейку или на траву в один ряд. Впереди садится водящий. Ему завязывают глаза. Один из игроков подходит к водящему, кладет руку на плечо и называет его 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 игру еще раз с ним. Как только поймает игрока, водящий садится в конец колонны, а пойманный становится водящим. В игре устанавливается строгая очередность.**

Мяч по кругу (Теенчек уены)

Играющие, образуя круг, садятся. Водящий стоит за кругом с мячом, диаметр которого 15 - 25 см. По сигналу водящий бросает мяч одному из игроков, сидящих в кругу, а сам отходит. В это время мяч начинают перебрасывать по кругу от одного игрока к другому. Водящий бежит за мячом и старается поймать его на лету. Водящим становится тот игрок, от кого был пойман мяч.

***Правила игры*. Передача мяча выполняется путем броска с поворотом. Ловящий должен быть готов к приему мяча. При повторении игры мяч передается тому, кто остался вне игры.**

Источники консультационного материала

https://203.tvoysadik.ru/site/pub?id=363

https://infourok.ru/kartoteka-nacionalnie-podvizhnie-igri-narodov-rossii-3909663.html

https://www.maam.ru/detskijsad/kartoteka-podvizhnyh-igr-narodov-rosi.html

Литература

Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателя дет. сада/Сост. А. В. Кенеман; Под ред. Т. И. Осокиной. - М.: Просвещение, 1988

Григорьев В.М. Народные игры и традиции в России. М.,1991.

Кабанова О. А. Игра в коррекции психического развития ребенка. М., 1997.

Эльконин Д.Б. Психология игры. М., 1978.