МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА
«АКАДЕМИЯ ТАЛАНТОВ»

ЭТНОИГРОТЕКА АРКТОРИУМА

СБОРНИК НАРОДНЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР

г. Новый Уренгой, 2023

ЭТНОИГРОТЕКА АРКТОРИУМА: сборник народных подвижных игр /Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Городской Дворец творчества «Академия талантов», музейно-образовательный комплекс «Этнопарк «Арктoриум», отдел краеведения и туризма, Новый Уренгой: МБОУ ДО ГДТ «Академия талантов», 2023. - 32 с.

Мудрость народных игр состоит в том, что в них сохраняются те средства и приемы, которые актуальны и эффективны в физическом воспитании подрастающего поколения в настоящее время. Игра всегда была естественным спутником жизни ребенка, источником радостных эмоций, обладающим великой воспитательной силой.

Народные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, ее культуре и наследию.

Данный сборник адресован педагогам дополнительного образования, учителям начальных классов, воспитателям дошкольных образовательных учреждений для использования материала при проведении занятий, воспитательных мероприятий, организации летнего отдыха обучающихся, при подготовке к народным праздникам.

Составитель: Достокорая Т.В.
Корректор: Дубовцева Т.Ф.
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Городской Дворец творчества «Академия талантов»

ОГЛАВЛЕНИЕ

	I. Русские подвижные игры	6
1.1.	Змейка	6
1.2.	Ворота	6
1.3.	Капканы	7
1.4.	Два Мороза	7
1.5.	Казаки-разбойники	8
1.6.	Пустое место	8
1.7.	Прыганье со связанными ногами	9
1.8.	Медведь во бору	9
1.9.	Горелки	10
1.10.	Малечина-калечина	10
1.11.	Поводырь	10
1.12.	Мышеловка	11
1.13.	Стрекоза	11
1.14.	Поймай рыбку	12
1.15.	Репка	12
1.16.	Море волнуется	12
1.17.	Мячик кверху	13
1.18.	Охотник	13
1.19.	Воробушки и кот	14
1.20.	Переселение лягушек	14
1.21.	Салки	15
1.22.	Кошки-мышки	15
1.23.	Золотые ворота	15
1.24.	Золотые ворота -круговые	16
	II. Подвижные игры народов Севера: ненцев, ханты, коми	17
2.1.	Олени и пастухи	12
2.2.	Ручейки и озера	12
2.3.	Нарты-сани	17
2.4.	Полярная сова и евражки	18
2.5.	Бег в снегоступах	18
2.6.	Оленьи упряжки	18
2.7.	Важенка и оленята	19
2.8.	Перетягивание каната	19
2.9.	Волк и олени	20
2.10.	Белый шаман	20
2.11.	Рыбаки и рыбки	20
2.12.	Чум	20
2.13.	Солнце («Хейро»)	21
2.14.	Ловкий оленевод	21
2.15.	Куропатки и охотники	21
2.16	Охота на волка	22
2.17.	Тройной прыжок	22
2.18.	Болотная женщина	23
2.19.	Стой, олень!	23
	III. Подвижные игры народов Севера: якутские игры	24
3.1.	Вестовые	24
3.2.	Сокол и лиса («Мохоцол уонна сапыл»)	24
3.3.	Стрельба в цель с кружением («Салгыдый»)	25

3.4. Соколиный бой («Мохсоцол охсупуута») 25
3.5. Каюр и собаки 25
IV. Белорусские подвижные игры 26
4.1. Гуси летят («Гуси ляляць») 26
4.2. Охотник и утки («Паляуничы и качки») 26
4.3. Мельница («Млын») 26
4.4. Мороз («Мароз») 26
4.5. Колечко («Пярсцёнак») 27
V. Украинские подвижные игры 28
7.1. Цвет («Колір») 28
7.2. Игра Волк и козлята («Вовк та козенята») 28
7.3. Хлебушек («Хлібчик») 28
7.4. На горе лён («На горі льон») 29
7.5. В речку гоп 29
7.6. Вышибалы 29
7.7. Мак 30
VI. Молдавские подвижные игры 31
8.1. Яблоко («Де-а мэрул») 31
8.2. Сбей кушму («Дэ жос кушма») 31
8.3. Сбор урожая 32
VII. Татарские подвижные игры 32
9.1. Маляр и краски 32
9.2. Хромая лиса 33
9.3. Скок-перескок» (Кучтем-куч) 34
VIII. Подвижные игры Башкирии 34
10.1. Липкие пеньки 34
10.2. Поймай воробья поясом (Букен кайыш) 35
IX. Бурятские подвижные игры 35
11.1. Рукавицу гнать 35
11.2. Ястреб и утки 36
11.3. Иголка, нитка, узелок 36
X. Чувашские подвижные игры 37
12.1. Хищник в море 37
12.2. Луна или солнце 37
XI. Марийские подвижные игры 38
13.1. Бой петухов 38
13.2. Биляша 38
XII. Подвижные игры народов Кавказа 39
14.1. Бег с палкой в руке (ингушская народная игра) 39
14.2. Шапка канатоходца» (игра народов Дагестана) 40
14.3. Отгадай (игра народов Дагестана) 40
XIII. Казахские народные игры 41
15.1. Есть идея! («Такия тастамак!») 41
15.2. Байга 41
15.3. Овцы и волки («Алармаж») 41
15.4. Цыплята» («Балапандар») 42
15.5. Орамал 42

«Игра – это огромное светлое нежное, через которое в духовный мир ребенка вливается живительный поток представлений и понятий об окружающем мире. Игра – это искра, зажигающая огонек пытливости и любознательности».

Подвижная игра - естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Испокон веков в играх разных народов ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, а так же желание обладать силой, ловкостью и выносливостью, быстротой и красотой движений. Народ проявлял смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе.

Народные игры являются неотъемлемой частью не только физического воспитания детей. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств.

По содержанию все игры классически лаконичны, выразительны и доступны ребенку. 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.

Народные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Впечатления от веселых игр детства глубоки и неизгладимы в памяти взрослого человека. Они образуют фундамент для развития его нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Основным условием успешного внедрения игр всегда было и остается глубокое знание и свободное владение обширным игровым репертуаром, а также методикой педагогического руководства. Задача педагога заключается в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовольствием играть в эти игры.

I. РУССКИЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

1.1. 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 направление движения всей группы: побежать в противоположную сторону, сделать резкий поворот (под углом 90°), закрутить цепочку «змейкой», описать круг и т.д.

Правила игры.

1. Все дети должны крепко держаться за руки, чтобы «цепочка» не порвалась.
2. Игроки должны точно повторять все движения ведущего и стараться бежать «след в след».
3. Хорошо использовать в игре естественные препятствия: обегать вокруг деревьев, наклоняться, пробегая под их ветками, сбегать но склонам неглубоких оврагов. При игре в помещении можно создать «полосу препятствий» из больших кубиков или спортивных предметов (обручей» кеглей, гимнастических скамеечек).
4. Игру можно остановить» если «цепочка» порвалась, и выбрать нового ведущего.

1.2. 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.

Привила игры.

1. Дети держат друг друга за руки, пробегая под воротами.
2. Нельзя задевать «ворота».
3. Во время игры можно изменять высоту ворот, постепенно «опуская руки»: это значительно усложнит выполнение задания.

1.3. Капканы

Для этой игры выбирается несколько игроков, которые встают парами, лицом друг к другу. Они берутся за руки и поднимают их вверх, как и при игре «ворота»: теперь — это «капканы». «Капканы» должны быть расставлены по игровому полю равномерно. Остальные дети бегают, свободно пробегая через «капканы», пока они открыты.

Неожиданно «капканы» закрываются: водящие опускают 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 игры.

1. Игра продолжается до тех пор, пока на свободе не останется всего несколько детей.
2. Игру можно повторять 2—3 раза, заменяя «капканы».
3. В конце игры надо отметить самых ловких игроков и самый удачливый «капкан».

1.4. 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».

Дети, перебежав поле, немного отдыхают, и игра продолжается. «Морозы» опять спрашивают: «Ну-ка, кто из вас решится в путь-дороженьку пуститься?» Смельчаки отвечают: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз».

На обратном пути дети стараются выручить «замороженных» друзей: их можно спасти из ледяного плена, если, пробегая мимо, успеть коснуться рукой. «Морозы» стараются «заморозить» пробегающих мимо детей и защищают своих пленников.

После нескольких перебежек выбирают других «морозов» из числа самых ловких игроков, которые ни разу не попались и смогли выручить других детей из ледяного плена.

Правила игры.

1. Перебегать площадку можно только после слов: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз».
2. Если кто-то из детей не побежал вместе со всеми, а замешкался на краю площадки, то он считается «замороженным ».

1.5. Казаки-разбойники

Игра проводится на улице. Все игроки делятся на две команды. Бросают жребий: игроки одной команды становятся «разбойниками», а другой — «казаками». У «казаков» есть «стан»: его охраняет один из «казаков». «Казаки» дают «разбойникам» некоторое время, чтобы они могли спрятаться, а затем отправляются на их ловлю. Если обнаруженный «разбойник» успеет добежать до казачьего «стана», он не считается пойманным, а сам становится «казаком». Игра заканчивается, когда «казаки» поймают всех «разбойников».

Правила игры.

1. Необходимо ограничить место, где должны прятаться разбойники.
2. Пойманные «разбойники» отводятся в «стан», где их до конца игры будет охранять один «казак».

1.6. Пустое место

В «Пустое место» играют дети всех возрастов (самостоятельно), от 6 до 40 человек. Играющие, кроме водящего, становятся в круг, водящий - за

кругом. Все кладут руки за спину или просто опускают их вниз. Водящий ходит за кругом и дотрагивается до кого-либо, касаясь спины или рук. Это означает, что он вызывает данного игрока на соревнование. Дотронувшись, водящий бежит в любую сторону за кругом, а вызванный - в обратную сторону по кругу. Встретившись, они или просто обходят яруг друга или здороваются (приседая, кланяясь и т. п.) и продолжают быстрее бежать по кругу, чтобы занять освободившееся место. Кто займет, тот там и остается, а оставшийся без места становится водящим.

Правила игры.

Водящий не имеет права ударять вызываемого. Он может только коснуться его. Водящий может сразу броситься бежать в ту или другую сторону. Вызванный следит за ним и, как только увидит, в каком управлении он бежит, устремляется в обратную сторону по кругу. При встрече выполняют разные задания (по договоренности). Кто не выполнит, тот становится водящим.

1.7. Прыганье со связанными ногами

Всем участникам завязываются ноги плотной широкой веревкой или платком. После чего все становятся около исходной линии и по сигналу начинают прыгать в сторону финишной черты. Победителем является тот, кто быстрее всех преодолел расстояние. Расстояние не должно быть слишком большим, так как прыгать с завязанными ногами достаточно тяжел

1.8. Медведь во бору

Игра для самых маленьких. Из всех участников игры выбирают одного водящего, которого назначают «медведем». На площадки для игры очерчивают 2-ва круга. 1-ый круг – это берлога «медведя», 2-ой – это дом, для всех остальных участников игры. Начинается игра, и дети выходят из дома со словами: У медведя во бору Грибы, ягоды беру. А медведь не спит, И на нас рычит. После того, как дети произносят эти слова, «медведь» выбегает из берлоги и старается поймать кого-либо из деток. Если кто-то не успевает убежать в дом и «медведь» ловит его, то уже сам становится «медведем» и идет в берлогу.

1.9. Горелки

Это, можно сказать, «классика жанра». Игроки располагаются попарно, взявшись за руки и образуя колонну. Водящий встает впереди. Все хором громко говорят или распевают: Гори, гори ясно, Чтобы не погасло. Гори, гори ясно, Чтобы не погасло. Глянь на небо - Птички летят. Колокольчики звенят!

Раз, два, три - беги!!!

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

В любом случае, при слове «беги» стоящие в последней паре размыкают руки и мчатся в начало колонны, обегая ее с разных сторон (один - слева, другой - справа), а водящий пытается поймать кого-то из них до того как пара, встретившись, вновь возьмется за руки.

Если это получается, то вместе с пойманным игроком водящий встает в первую пару колонны, а тот, кого не поймали, становится водящим.

1.10. Малечина-калечина

Поставив палочку на палец, ладонь, ногу и т.д., нужно держать ее в равновесии, пока произносят слова: «Малечина-калечина, сколько часов до вечера?»

Раз, два ...десять. Золотые ворота Пара игроков встают лицом друг к другу и поднимают вверх руки – это ворота. Остальные игроки берутся друг за друга так, что получается цепочка. Игроки-ворота говорят стишок, а цепочка должна быстро пройти между ними. Золотые ворота Пропускают не всегда. Первый раз прощается, Второй - запрещается. А на третий раз Не пропустим вас! С этими словами руки опускаются, ворота захлопываются. Те, которые оказались пойманными, становятся дополнительными воротами. «Ворота» побеждают, если им удалось поймать всех игроков.

1.11. Поводырь

Это больше чем просто игра. Это знакомство душ, когда не отвлекают такие факторы как внешний вид и взгляд. Во внутренний круг, лицом в центр круга, встают мужчины, берутся за руки и закрывают глаза. Во внешнем кругу идут хороводом девушки под музыку. Через какое-то

время по сигналу ведущего хлопок или свист девушки начинают разбирать парней - любого понравившегося из тех, что ближе стоят. Берут парня за руку и ведут по кругу, парень все это время идет с закрытыми глазами. Желательно чтобы количество девушек и парней совпадало, чтобы никто не остался стоять одиноко во внутреннем круге.

По сигналу ведущего девушки аккуратно выстраивают парней снова во внутренний круг, а сами идут хороводом дальше. Так повторяется три раза. Когда после третьего раза парней снова поставят во внутренний круг, ведущий подает сигнал - "Можно открыть глаза". Начинается подележка. Парни описывают свои ощущения, называют, кто из трех девушек им понравился, кого они хотели бы увидеть. Девушки обычно с радостью признаются и показываются.

Далее во внутренний круг с закрытыми глазами встают девушки, а парни во внешнем и все повторяется.

1.12. Мышеловка

Все становятся в круг, взявшись за руки - это мышеловка. Один или двое - «мышки». Они вне круга. Взявшись за руки и подняв их вверх, двигаются по кругу со словами:

Ах, как мыши надоели, Все погрызли, всё поели! Берегитесь же, плутовки, Доберёмся мы до вас! Вот захлопнем мышеловку И поймаем сразу вас! Во время произнесения текста «мыши» вбегают и выбегают из круга. С последним словом «мышеловка захлопывается» - опускают руки и садятся на корточки. Не успевшие выбежать из круга «мышки» считаются пойманными и встают в круг. Выбираются другие «мышки»

1.13. 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.

1.14. Поймай рыбку

Чтобы победить в этой игре нужно обладать хорошей реакцией и скоростью. Смысл этой забавы в том, что участники образуют круг, в центре которого стоит «вода» с веревкой и вращает ее по полу вокруг своей оси. Задача участников — подпрыгивать над веревкой. Тот игрой, который зацепится за нее, выбывает из игры.

1.15. Репа

Название этой игры произошло от старинной русской сказки «Репка», поэтому ее смысл несколько похож на это произведение. Она прекрасно подходит для развития реакции и координации движений.

Правила игры.

Все участники становятся в круг и начинают водить хоровод. В его центре находится ребенок-«репка», а за кругом «мышка». Все игроки во время хоровода напевают такую песню: «Расти репонь-ка! Расти кре-понь-ка! Ни мала, ни велика, До мышиного хвоста!»

Пока звучит песня, репка постепенно «растет», то есть поднимается. После окончания песни мышка должна постараться проникнуть в круг и поймать репку. Остальные участники могут ей либо мешать, либо помогать. После того, как мышка поймает репку, выбираются новые игроки.

Существует еще одна вариация этой игры.

Игроки становятся друг за другом и обхватывают руками талию предыдущего участника. Первый из игроков должен крепко держаться за ствол дерева. Игра начинается тогда, когда «дед» пытается отцепить крайнего участника от остальной команды и так, пока «репка» не будет полностью «вытянута».

1.16. Море волнуется

Участники игры разбегаются по площадке, останавливаются друг от друга на расстоянии 1 м, и каждый своё место обозначает кружком. Водящий ходит между играющими, выполняя разные движения. Он подходит к играющим и со словами «Море волнуется» кладёт руку на плечо игрока. Все, до кого дотрагивается водящий, идут за ним, выполняя те же движения. Так играющие все уходят со своих мест. Водящий уводит их как можно дальше от кружков. Затем неожиданно останавливается,

поворачивается к играющим и быстро говорит: «Море спокойно». Водящий и играющие бегут занимать кружки. Тот, кто не успел занять кружок, становится ведущим.

1.17. Мячик кверху

Дети встают в круг, водящий идёт в его середину 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 водящий промахнулся, то остаётся им вновь и игра продолжается

Правила игры.

1. Водящий бросает мяч как можно выше и только после слов: «Мячик кверху!».
2. Водящему разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли.
3. Если кто-то из играющих после слов «Стой!» продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего.
4. Убегая от водящего, дети не должны прятаться за постройки или деревья.

Указания к проведению. Дети встают в круг близко друг к другу. Место водящего в центре круга лучше очертить небольшим кружком. Если водящий не поймал мяч, который далеко укатился, прежде чем кричать: «Стой!», ему нужно догнать мяч и вернуться на своё место. Дети в игре должны быть очень внимательны, быстро реагировать на сигнал.

Вариант. Водящий стоит в центре круга и выполняет упражнение с мячом, дети считают до пяти. На счёт «пять» они быстро разбегаются. Водящий кричит: «Стой!» — и бросает мяч в того из играющих, кто стоит ближе. Запятнанный становится водящим. Если он промахнулся, то должен догнать мяч, а дети в это время стараются убежать как можно дальше. На сигнал «Стой!» все останавливаются, водящий вновь старается осалить кого-нибудь.

1.18. Охотник

Одного из детей по жребию выбирают охотником, все остальные игроки — дичь. Игра начинается так: охотник играет в мяч, остальные в это время ходят по площадке. После 3—4 упражнений он кричит: «Дичь!»

Все останавливаются, и он со своего места пятнает кого-то из детей. Запятнанный становится помощником охотника, остаётся на площадке и встаёт недалеко от охотника. Если близко от охотника нет дичи, он может передать мяч своему помощнику, и тот пятнает игроков. Охотник неточно может бросить мяч, промахнуться. В этом случае играющие переходят на другие места. Охотник бежит за мячом, берёт его, кричит: «Дичь!» — и все останавливаются.

Игра продолжается до тех пор, пока у охотника не появится определённое количество помощников (по договорённости — от 3 до 5 человек).

Правила игры.

1. Игрокам не разрешается двигаться после слова «Дичь!».
2. Играющие могут перейти на новое место, если при Передаче от охотника к помощнику мяч не был пойман, упал на землю.
3. Игрокам не разрешается прятаться от охотника за предметы.
4. Охотник должен выполнять разные упражнения с мячом.

Указания к проведению. Эту игру нужно проводить на большой площадке, иначе охотник и его помощники быстро переловят дичь. Для усложнения можно разрешить детям увёртываться от мяча — отклоняться, приседать, подпрыгивать, но нельзя сходить с места.

1.19. Воробушки и кот

Все играющие изображают воробушков и находятся за кругом. Водящий — кот встаёт в середину круга. Воробушки то впрыгивают в круг, то выпрыгивают из него. Они собирают зёрна (внутри круга рассыпаны фишки). Кот бегает по кругу и старается поймать их. Воробушек, до которого дотронулся кот, все собранные зёрна высыпает, затем вновь начинает их собирать. В конце игры отмечают самых проворных воробьёв.

1.20. Переселение лягушек

Играющие перед началом игры выбирают ведущего (старшую лягушку). Все играющие (маленькие лягушки) приседают, опираясь руками о пол или землю. Старшая лягушка переводит их из одного болота в другое, где больше комаров и мошек. Она прыгает впереди. Во время игры водящий изменяет положение рук: руки на колени, на поясе; прыгает

короткими прыжками, длинными, перепрыгивает через препятствия (через палки) или запрыгивает на дощечки, кирпичики, прыгает между предметами и т. д. Все лягушки повторяют эти движения. Прискакав в другое болото, лягушки встают и кричат: «Ква-ква-ква!» При повторении игры выбирают нового ведущего.

1.21. 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 игры.

Водящий гоняется только за одним ребенком из группы. Остальные дети, бегая по площадке, следят за сменой водящих и должны убегать врассыпную от нового водящего.

1.22. Кошки-мышки

Эту игру, так же как и «салки», начинают с выбора водящего («кошки»). Другие дети — «мышки» — разбегаются в разные стороны, а «кошка» пытается догнать их. Игрок, которого он коснулся рукой, становится водящим.

Правила игры.

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.

1.23. Золотые ворота

В начале этой игры (другие варианты ее названий: гусиный мост, золотой мост) выбирают двух игроков. Они будут «солнцем» и «луной». Эти игроки становятся лицом друг к другу, берутся за руки и поднимают

их, образуя «ворота». Остальные играющие берутся за руки и вереницей идут через ворота.

Водящие («солнце» и «луна») речитативом повторяют скороговорку:

«Золотые ворота пропускают не всегда: Первый раз прощается, Второй раз — запрещается, А на третий раз не пропустим вас!»

«Ворота» закрываются на последнем слове и ловят того, кто в этот момент проходил через них. Дети, зная, что «ворота» закрываются в конце стихотворения, спешат быстрее проскочить в них. Водящие тоже могут ускорять темп произнесения: так вся игра становится более динамичной и неожиданной.

Пойманный игрок становится сзади «луны» или «солнца», и игра продолжается вновь до тех пор, пока все игроки не будут распределены на две команды.

Дальше команды устраивают между собой соревнования в перетягивании (каната или взявшись за руки).

1.24. 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 стих (см. игру «Золотые ворота»).

На последнем слове дети опускают руки и ловят тех, кто оказался внутри круга.

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.

Правила игры.

Нельзя останавливаться перед воротами и не входить в них, если вот-вот должны произнести последние слова стиха. Такие дети тоже считаются пойманными.

Дети в цепочке не должны размыкать руки. Если игрок «оторвался» от своей цепочки и остался один, то он тоже считается пойманным.

II. Подвижные игры народов Севера: ненцы, ханты, коми

2.1. Олени и пастухи

Все игроки — олени, на головах у них атрибуты, имитирующие оленьи рога. Двое ведущих — пастухи — стоят на противоположных сторонах площадки, в руках у них *маут* (картонное кольцо или длинная веревка с петлей). Игроки-олени бегают по кругу гурьбой, а пастухи стараются накинуть им на рога маут. Рога могут имитировать и веточки, которые дети держат в руках.

Правила игры.

Бегать надо легко, увертываясь от маута. Набрасывать маут можно только на рога.

2.2. 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 и 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.

Правила игры.

Бегать надо друг за другом, не выходя из своей колонны. Строиться и круг можно только по сигналу.

2.3. Нарты-сани

Двое игроков бегут и прыгают через нарты, поставленные друг от друга на расстоянии 1 м. Нарты-сани имеют длину 1 м, ширину 30—40 см, высоту 20 см. Сделать их можно из картона. Выигрывает тот, кто быстрее прибежит и не заденет нарты.

Правила игры.

Бежать надо от черты до черты по сигналу «Беги!». Сначала ставят двое нарт (саней), затем можно добавить еще двое.

2.4. Полярная сова и евражки

Полярная сова находится в углу площадки или комнаты. Остальные

играющие — евражки.

Под тихие ритмичные удары небольшого бубна евражки бегают на площадке, на гром кий удар бубна евражки становятся столбиком, не шевелятся. Полярная сова облетает евражек и того, кто пошевелится или стоит не столбиком, уводит с собой. В заключение игры (после трех-четырех повторений) отмечают тех игроков, кто отличился большей выдержкой.

Правила игры.

Громкие удары не должны звучать длительное время. Дети должны быстро реагировать на смену ударов.

2.5. Бег в снегоступах

Играющие делятся на две команды и стоят за чертой. У каждой команды по одной паре снегоступов.

По сигналу педагога (взмах флажком) ведущие каждой команды в снегоступах бегут к флажкам, поставленным заранее на противоположной стороне площадки, каждый огибает свой флажок и бежит обратно, отдает снегоступы следующему игроку команды. Победителем считается та команда, которая раньше закончит бег.

Правила игры.

Игра проводится по принципу эстафеты. Передавать снегоступы можно только за чертой. Огибая флажок, нельзя задевать его.

2.6. Оленьи упряжки

Играющие стоят вдоль стены комнаты или вдоль одной из сторон площадки по двое (один изображает запряженного оленя, другой — каюра). По сигналу упряжки бегут друг за другом, преодолевая препятствия: объезжают сугробы, перепрыгивают через бревно, переходят ручей по мостику.

Доехав до стойбища (до противоположной стороны комнаты или площадки), каюры отпускают своих оленей погулять. По сигналу «Олени далеко, ловите своих оленей!» каждый игрок-каюр ловит свою пару.

Правила игры.

Преодолевая препятствия, каюр не должен терять свою упряжку.

Олень считается пойманным, если каюр его осалил.

Вариант. Две-три упряжки оленей стоят вдоль линии. На противоположном конце площадки флажки. По сигналу (хлопок, удар в бубен) упряжки оленей бегут к флажку. Чья упряжка первой добежит до флажка, та и побеждает. Аналогично можно провести игру «Собачьи упряжки». Этот вид характерен для береговых чукчей.

2.7. Важенка и оленята

На площадке нарисовано несколько кругов. В каждом из них находятся важенка и двое оленят. Волк сидит за сопкой (на другом конце площадки).

На слова ведущего:

Бродит в тундре важенка,

С нею - оленята,

Объясняет каждому

Все, что непонятно...

Топают по лужам

Оленята малые.

Терпеливо слушая

Наставления мамины — играющие оленята свободно бегают по тундре, наклоняются, едят траву, пьют воду. На слова «Волк идет!» оленята и важенки убегают в свои домики (круги). Пойманного олененка волк уводит с собой.

Правила игры.

Движения выполнять в соответствии с текстом. Волк начинает ловить только по сигналу и только вне домика.

2.8. Перетягивание каната

На площадке проводится черта. Играющие делятся на две команды и встают по обе стороны черты, держа в руках канат. По сигналу водящего «Раз, два, три — начни!» каждая команда старается перетянуть соперника на свою сторону. Чья команда сумеет это сделать, та считается победительницей, ей вручают сувениры, как на празднике оленеводов.

Правила игры.

Начинать перетягивание каната можно только по сигналу. Команда, перешагнувшая черту, считается побежденной.

2.9. Волк и олени

Из числа играющих выбирается волк, остальные — олени. На одном конце площадки очерчивается место для волка. Олени пасутся на противоположном конце площадки. По сигналу «Волк!» волк просыпается, выходит из логова, сначала широким шагом обходит стадо, затем постепенно круг обхода сужает. По сигналу (рычание волка) олени разбегаются в разные стороны, а волк старается их поймать (коснуться). Пойманного волк отводит к себе.

Правила игры.

Выбегать из круга можно только по сигналу. Тот, кого поймают, должен идти за волком.

2.10. Белый шаман

Играющие ходят по кругу и выполняют разные движения. В центре круга — водящий. Это белый шаман — добрый человек. Он бьет в бубен, затем подходит к одному из играющих и отдает ему бубен. Получивший бубен должен повторить в точности ритм, проигранный водящим. Если получивший бубен неправильно повторит ритм, он выходит из игры.

2.11. Рыбаки и рыбки

Па полу лежит шнур в форме круга — это сеть. В центре круга стоят трое детей — рыбаков, остальные игроки — рыбки. Дети-рыбки бегают по всей площадке и забегают в круг. Дети-рыбаки ловят их.

Правила игры.

Ловить детей-рыбок можно только в кругу. Рыбки должны забегать в круг (сеть) и выбегать из него, чтобы рыбаки их не поймали. Кто поймает больше рыбок, тот лучший рыбак.

2.12. Чум

Перед каждой командой лежит обруч. Представьте, что это «Ненецкий чум». Цель игры развитие ловкости и быстроты. Правила игры: выигрывает та команда, у которой больше участников поместится в чуме, если количество игроков в команде невелико, то задание можно изменить: все участники команды как можно быстрее должны забежать в свой чум- обруч.

2.13. Солнце (Хейро)

Играющие становятся в круг, берутся за руки, идут по кругу приставным шагом, руками делают равномерные взмахи вперед-назад и на каждый шаг говорят хейро. Ведущий-солнце сидит на корточках в середине круга. Игроки разбегаются, когда солнце встает и выпрямляется (вытягивает руки в стороны).

Правила игры.

Все игроки должны увертываться от солнца при его поворотах. На сигнал «Раз, два, три — в круг скорей беги!» те, кого ведущий не задел, возвращаются в круг.

2.14. Ловкий оленевод

В стороне на площадке ставится фигура оленя. Оленеводы располагаются шеренгой лицом к оленю на расстоянии 3-4 м от него. Поочередно они бросают в оленя мячом, стараясь попасть в него. За каждый удачный выстрел оленевод получает флажок. Выигравшим считается тот, кто большее число раз попадет в оленя.

Правила игры.

Бросать мяч можно только с условного расстояния.

2.15. Куропатки и охотники

Все играющие - куропатки, трое из них - охотники. Куропатки бегают по полю. Охотники сидят за кустами. На сигнал «Охотники!» все куропатки прячутся за кустами, а охотники в них стреляют (бросают мяч в

ноги). На сигнал «Охотники ушли!» игра продолжается: куропатки опять летают.

Правила игры.

Убегать и стрелять можно только по сигналу. Стрелять следует только в ноги убегающих.

2.16. Охота на волка

Охотник встает в 4-5 м от волка (фигуры, вырезанной из фанеры или картона). Он должен попасть мячом в бегущего волка. Двое играющих держат фигуру за веревочки и передвигают ее то влево, то вправо.

Правила игры.

Кидать мяч в волка следует с заданного расстояния.

2.17. Тройной прыжок

На снегу проводится черта, играющие становятся за нею. По очереди они прыгают от черты вперед: в первых двух прыжках прыгают с одной ноги на другую, в третьем прыжке приземляются на обе ноги. Выигрывает тот, кто прыгнул дальше.

Правила игры.

Начинать прыгать надо от черты. Прыгать можно только указанным способом.

Варианты. Игра проводится с распределением детей по звеньям. В каждое звено входит от двух до четырех человек. Все дети одного звена выходят к черте одновременно. По сигналу они все вместе начинают прыгать. Выигрывает звено, участники которого прыгают дальше. Игру можно организовать и таким образом, чтобы в прыжках состязались одновременно дети из разных звеньев. В этом случае подсчитывают, какое количество первых, вторых, третьих и т. д. мест заняли участники каждого звена.

2.18. Болотная женщина

Выбирается водящий – «Болотная женщина». Ей завязывают глаза платком, затем поворачивают несколько раз вокруг себя. После этого все игроки разбегаются в разные стороны. Водящий ходит по площадке и старается схватить кого-либо из игроков, которые убегают и ловко увёртываются от неё.

Игроки могут и обманывать водящую, подставляя вместо себя свою одежду или другие предметы. Если игрок пойман “Болотной женщиной”, то в этом случае он становится водящим. В конце игры определяются наиболее ловкие игроки, как среди водящих, так и среди тех, кто не был пойман “Болотной женщиной”.

2.19. Стой, олень!

Эта игра очень популярна у народов Крайнего Севера, в ней игроки могут испытать свои качества в роли оленей. Игра проводится на улице или в большом спортзале, где до начала игры специально отгораживаются границы «пастбища». Водящий («пастух», «охотник»), который определяется по жребию или считалке, должен поймать за игру нескольких «оленей».

Игра начинается, когда водящий закричит: «Беги, олень!» Все игроки кидаются по площадке врассыпную, а «пастух» пытается догнать любого «оленя», коснувшись его небольшой палочкой и произнеся: «Стой, олень!» Игра продолжается до тех пор, пока «пастух» не поймает пять оленей.

Правила игры.

1. Надо лишь касаться игрока палочкой, а не ударять его.

2. Игроки, выбежавшие за пределы площадки, считаются пойманными.

Водящие (игроки команды, которая догоняла) быстро поворачиваются и бегут назад, в свою сторону игрового поля. Они стремятся добежать до конца игрового поля со своей стороны. Однако осаленный игрок должен громко крикнуть: «Оленма!» («Я есть!»), и по этой команде все игроки поворачиваются и пытаются догнать убегающих противников за тем, чтобы в свою очередь «осалить» любого из них. Роли убегающих и догоняющих могут меняться несколько раз, пока одной из команд не удастся добежать до своего конца игрового поля в полном составе.

Правила.

1. Нельзя выбегать за боковую линию, такой игрок считается «осаленным». Надо обязательно крикнуть «Оленма!», чтобы все игроки твоей команды услышали, что их игрока «осалили».

III. Подвижные игры народов Севера: якутские игры

3.1. Вестовые

На бескрайних просторах Крайнего Севера, где давным-давно зародилась эта игра, вести передавались специальными людьми — вестовыми. Они ездили на оленях или собачьих упряжках, а сами «письмена» еще до освоения письменности народами Севера изготавливались с помощью узелков на связках тесемок из тонких полосок кожи или веревок. Для игры понадобятся две такие связки тесемок с узелками.

Перед началом игры дети делятся на две команды и разбиваются в них по парам. В каждой паре один ребенок будет «вестовым», а другой «оленем». В помещении или на площадке обозначается место для двух «столбов». Вокруг каждого «столба» должны будут обегать игроки определенной команды, причем первым должен бежать «олень», а сзади, не отставая от него ни на шаг, бежит «вестовой» из этой пары игроков. Игра проводится в виде эстафеты: каждый вестовой вместе со своим оленем «скачет» к столбу, обегает его вокруг по часовой стрелке два раза и быстро возвращается к своей команде. Там он отдает свою связку тесемок («письмо») следующей паре игроков, и новый «вестовой» с «оленем» опять пускается в путь.

Выигравшей считается команда, чьи «вестовые» первыми вручат «письмо» судье по окончанию пути.

Правила игры.

1. «Вестовой» не должен обгонять своего «оленя».
2. Надо обязательно сделать два круга возле столба.
3. Следующий «вестовой» не имеет права выбегать навстречу игрокам своей команды, возвращающимся с «письмом».

3.2. Сокол и лиса (мохоцол уонна сапыл)

Выбираются сокол и лиса. Остальные дети — соколята. Сокол учит своих соколят летать. Он легко бегает в разных направлениях и одновременно производит руками разные летательные движения (вверх, в стороны, вперед) и еще придумывает какое-нибудь более сложное движение руками. Стайка соколят бежит за соколом и следит за его движениями. Они должны точно повторять движения сокола. В это время

вдруг выскакивает из норы лиса. Соколята быстро приседают на корточки, чтобы лиса их не заметила.

Правила игры.

Время появления лисы определяется сигналом ведущего. Лиса ловит только тех, кто не присел.

3.3. Стрельба в цель с кружением (салгыдый)

Берется картонный диск диаметром 20-25 см, разрисованный якутским орнаментом (в старину диск делали из бересты, прошитой вдвое). Диск вывешивается на стене или на столбе. На расстоянии 3-5 м от него ставится шест (или круглая тумбочка), вокруг которого играющий должен несколько раз обежать с мячом и бросить его в диск (цель).

Победителем считается тот, кто попадет в цель, предварительно обежав вокруг шеста или тумбочки большее число раз. Старшим детям можно рекомендовать стрельбу в цель из лука вместо мяча.

Правила игры.

Следует заранее договариваться, сколько раз надо обойти круг. Бросать в цель точно с определенного расстояния.

3.4. Соколиный бой (мохсоцол охсупуута)

Играют парами. Играющие становятся на правую ногу друг против друга, левая нога согнута. Руки скрещены перед грудью. Игроки прыгают на правой ноге и стараются правым плечом оттолкнуть один другого так, чтобы другой встал на обе ноги. Когда устают прыгать на правой ноге, меняют ее на левую. И тогда соответственно меняются толчки плеча. Если при грубом толчке один из играющих упадет, толкнувший выходит из игры.

Правила игры.

Победившим считается тот, кто заставит встать другого на обе ноги. Отталкивать партнера можно только плечом. Смену ног производить одновременно в паре.

IV. Белорусские подвижные игры

4.1. Гуси летят (Гуси ляляць)

Количество играющих:10 и более человек. Ведущий произносит название птиц, дети поднимают руки, машут ими и говорят: «летят». Если ведущий называет не птиц (животных, рыб и т.д.). Дети молчат и не машут руками. Кто ошибся, выбывает из игры.

4.2. Охотники и утки (Паляуничы и качки)

Играющие делятся на две команды с одинаковым количеством участников. Одна команда — качки (утки), другая — охотники. Охотники образуют внешний большой круг и очерчивают его. Утки очерчивают внутренний малый круг на расстоянии 2,5-3 м от круга охотников. По сигналу охотники стреляют в уток — стараются попасть в них мячом. Когда все утки пойманы, команды меняются.

Правила игры.

Охотникам и уткам нельзя выходить из очерченных кругов. Осаленный мячом выходит из игры. Если играют несколько команд, выигрывает та команда, которая быстрее переловит уток.

4.3. Мельница (Млын)

Все играющие становятся в круг на расстоянии не менее 2 м друг от друга. Один из играющих получает мяч и передает его другому, тот третьему и т.д. по кругу. Постепенно скорость передачи возрастает. Каждый игрок старается поймать мяч.

Правила игры. Игрок, который упустил мяч или бросил его неправильно, выбывает из игры. Побеждает тот, кто остается в игре последним.

4.4. Мороз (Мароз)

С помощью считалки выбирается Дед Мороз.

Ты зеленый, ты красный.

Ты в шубе, ты в кушаке,

У тебя синий нос,

Это ты, Дед Мороз!

Все дети разбегаются, а Дед Мороз старается дотронуться до любого игрока и заморозить его. Замороженный стоит неподвижно в любой позе.

Правила игры.

Разбегаться можно только после окончания считалки. В момент заморозки можно принять любую позу. Выигрывает тот, кто ни разу не попался Деду Морозу.

4.5. Колечко (Пярсцёнак)

Играющие стоят по кругу, держат руки впереди лодочкой. Выбирается один ведущий. В руках у ведущего лежит небольшой блестящий предмет (это может быть колечко, фантик из фольги). Ведущий идет по кругу и каждому как будто кладет колечко в руки. При этом он говорит:

Вот по кругу я иду,
Всем колечко нам клади.
Ручки крепче зажимайте
Да следите, не зевайте!

Одному из детей он незаметно кладет колечко, а потом выходит из круга и говорит: «Колечко, колечко, выйди на крылечко!» Тот, у которого в ладошках окажется колечко, выбегает, а дети должны постараться задержать его, не выпустить из круга.

Правила игры.

После слов: «Колечко, выйди на крылечко!» — все игроки должны успеть быстро взяться за руки, чтобы не выпустить игрока с колечком в руке из круга.

V. Украинские подвижные игры

5.1. Цвет (Колір)

Правила игры.

Вводящий становится спиной к игрокам. Неожиданно он должен выкрикнуть название какого-то цвета (красный, синий, желтый), игроки быстро находят его на своей одежде и держатся за цвет так, чтобы водящий видел. Те, у кого на одежде названного цвета нет, начинают убегать. Кого водящий поймает, тот им и становится.

5.2. Волк и козлята (Вовк та козенята)

Правила игры.

Вволк — водящий, остальные — козлята. На асфальте/снегу/песке чертится мелом большой круг, а вокруг него, на расстоянии — небольшие круги («домики»), по количеству на 1 меньше, чем количество игроков. На счет «три» козлята из большого круга бегут по домикам, тот, кому домик не достался, должен убежать от волка. Если козленок 3 раза оббежит вокруг большого круга и не будет пойман, то волк должен остановить преследования. Если же волк догнал козленка, тот становится водящим.

5.3. Хлебушек (Хлібчик)

Все желающие играть, взявшись за руки, становятся попарно (пара за парой) на некотором расстоянии от игрока, у которого нет пары. Он называется хлибчиком (хлебцем).

– *Печу, печу хлібчик!* (Выкрикивает он.)

– *А випечеш?* (Спрашивает задняя пара.)

– *Випечу!*

– *А втечеш?*

– *Подивлюсь!*

С этими словами два задних игрока бегут в противоположных направлениях с намерением соединиться и встать перед хлибчиком. А тот пытается поймать одного из них до того, как они возьмутся за руки. Если это ему удается, он вместе с пойманным составляет новую пару, которая становится первой, а игрок, оставшийся без пары, оказывается хлибчиком.

5.4. На горе лён (На горі льон)

Дети становятся в кругу, взявшись за руки. Один - ведущий стоит в кругу с «маком» в руках («маком» может служить любой предмет: грушка, венок, цветок и др.) .Дети, стоящие в кругу хлопают в ладоши и приговаривают:

На горы льон, льон,

Під горою мак, мак!

Мої любі діточки, робить ось так!

Во время проговаривания слов ведущий ходит внутри круга и останавливается на последнее слово возле любого игрока. Тот должен показать любое движение, а все остальные повторить его. Тот, кто показывал движение становится ведущим.

5.5. В речку гоп

Две шеренги стоят одна против другой на расстоянии полтора - два метра. Ведущий дает команду:

– В речку гоп! - все бегут вперед.

– На берег, гоп! - все бегут назад. Часто ведущий повторяет одинаковую команду несколько раз. В таком случае все должны стоять на месте.

Например:

- В речку гоп! - все бегут вперед.

- В речку гоп! - все стоят на месте. Кто бежит назад, - выбывает из игры.

Игра продолжается до тех пор, пока в одной из шеренг не выйдет последний игрок

5.6. Вышибалы

Для игры в вышибалы нужно как минимум 3 человека. Из них 2 вышибающие (вышибалы) и один водящий. Играющие разбиваются на две команды.

Двое игроков из одной становятся на расстоянии примерно семь – восемь метров друг напротив друга. У них мяч. Между ними передвигаются два игрока другой команды. Задача первых – перебрасываясь мячом друг с другом, попадать в соперников и выбивать

их из игры. При этом нужно бросать так, чтобы мяч, не попав в цель, мог быть пойман партнёром, а не улетал каждый раз в никуда.

Задача вторых – не дать себя выбить. Если ловишь летящий мяч, тебе добавляется одна жизнь. Наберёшь, к примеру, пять жизней и чтобы выбить из игры, нужно попасть в тебя шесть раз. Если мяч отскакивал от земли и попадал в игрока, это не считалось. Место выбитых игроков занимали другие члены команды. Когда выбивали всех – команды менялись местами

5.7. Мак

Играющие стоят по кругу плечом к плечу. Один из них в середине круга – это огородник. Он поет:

– *Ой, на горе мак,* п*од горою так!*

Играющие берутся за руки и, отступая назад, увеличивают круг на ширину отведенных в стороны рук. На слова:

– *Маки, маки, маковочки,*

– *Золотые головочки!* — все участники делают шаг на месте, размахивая руками вперед-назад. На слова:

– *Станьте вы так,*

– *Как на горе мак* —

все приседают и показывают руками, вытянутыми перед грудью, какой вырос мак. Затем стоя спрашивают: — Огородник, огородник, Поливал ли мак?

Огородник отвечает: «Поливал».

На припев:

– *Маки, маки, маковочки,*

– *Золотые головочки!* —

все делают шаг на месте, размахивая руками, а огородник в это время ходит в середине круга и имитирует действия поливки мака. На слова:

– *Станьте вы так,*

– *Как на горе мак* —

все стоя показывают, как вырос мак: поднимают руки в стороны, ладони поворачивают вверх, пальцы рук немного согнуты — имитируют цветок мака. На припев:

– *Маки, маки, маковочки,*

– Золотые головочки! —

все играющие опускают руки и делают шаг на месте, размахивая руками. Потом спрашивают:

– Огородник, огородник,

– Поспел ли мак ?

Огородник отвечает: «Поспел!»

Все участники игры повторяют песню сначала, мелкими шагами сужают круг, берутся за руки и медленно поднимают руки вверх. На слова: «Станьте так!» –показывают, какая спелая головка у мака.

Правила игры.

Движения выполняются в соответствии с текстом песни.

VI. Молдавские подвижные игры

6.1. Яблоко (Де-а мэрул)

Играют одновременно до пятнадцати детей. Взявшись за руки, они образуют круг. По желанию выбирается водящий. Он встает в центр круга и говорит:

Яблоко, червивое яблоко,

Ветер дует, оно падает.

Когда водящий начинает произносить эти слова, игроки бегут по кругу с окончанием фразы все должны быстро присесть на корточки. Тот, кто не сумеет это выполнить, т.е. сделает хотя бы один шаг или упадет, выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока в кругу не останется трое игроков. Они объявляются победителями.

Правила игры.

Бегущим по кругу игрокам не разрешается разрывать руки. Из двух игроков, нарушивших правило, выходит из игры один – тот, у кого окажется свободной правая рука. За соблюдением правил во время игры следит водящий.

6.2. Сбей кушму (Дэ жос кушма)

Двое игроков, обвязавшись кушаками (широкий пояс), становятся друг против друга. Левой рукой берутся за кушак соперника, делая

обманные движения правой рукой, стараются снять кушму (шапку) с головы противника. Побеждает тот, кто сделает это первым.

Правила игры.

Левая рука должна находиться на кушаке соперника в течение всего времени игры. Снимать кушму с головы противника можно только правой рукой. В игре участвуют две — четыре пары.

6.3. Сбор урожая

Для этой игры молдавские дети берут две кушмы (шапки), две сандицы (жилетки), две детские коляски и десяток яблок. Вместо колясок можно взять две корзинки. На расстоянии 10-12 шагов друг от друга стоят два стула. На них лежат по 5 яблок. Игроки делятся на две колонны и располагаются в нескольких шагах от стульев. Первыми стоят капитаны. Они одевают жилетки, шапки, берутся за коляски. По сигналу ведущего капитаны команд быстро катят коляски до стульев, каждый кладет в свой «транспорт» по одному яблоку и, объехав стул, возвращается к команде. Там вынимают яблоко из коляски. Вся команда помогает своему капитану снять шапку, жилетку и одеть их второму игроку (по очереди), который тоже едет за яблоком. И так все остальные игроки. А капитаны встают в конец своих команд.

Побеждает команда, которая быстрее перевезет все яблоки. Приз— яблоки.

VII. Татарские подвижные игры

7.1. Маляр и краски

Перед началом игры выбирают водящего («маляра») и «хозяйку красок». Остальные дети становятся «красками», каждый ребенок выбирает себе собственный цвет, но так, чтобы «маляр» не услышал его названия.

Водящий («маляр») обращается к «хозяйке красок»: «Бабушка, бабушка, я пришел за краской. Разрешите взять?» — «У меня красок много, — отвечает «хозяйка красок», — какую тебе?»

Все «краски» сидят рядышком на лавке и ждут, какой цвет назовет «маляр». Названная «краска» должна вскочить с лавки и успеть добежать до противоположного конца комнаты или площадки, где можно будет укрыться за специально начерченной линией.

«Маляр», называя «краску», не знает, есть ли она у «хозяйки» и какой это игрок. Он должен постараться угадать нужный цвет, а затем или успеть поймать убегающую «краску», или хотя бы «осалить» ее. Обычно «маляр» по условиям игры должен собрать не менее пяти красок. Тогда можно выбирать другого «маляра», «хозяйку красок», присвоить «краскам» новые имена и начинать игру снова.

Правила.

1. Маляр не должен ловить «краску», когда она еще только поднимается со стула.

2. Нельзя двум игрокам выбирать название одной «краски».

7.2. Хромая лиса

В начале игры надо расчертить площадку, определить, где будет располагаться «лисья нора», «дом», «курятник», и выбрать, кто из детей будет «хромой лисой» и «хозяином курятника». Все остальные дети становятся «курами». В зависимости от количества кур в курятнике вычерчиваются и его размеры: они должны быть достаточны для того, чтобы куры могли, не мешая друг другу, убегать от лисы, забравшейся в курятник. «Хромая лиса» скачет на одной ноге из своей норы к «курятнику» мимо «дома», а «хозяин дома» спрашивает у нее, куда она собралась. Шутливый диалог может выглядеть так (1):

— Лиса, лисонька хромая, куда ночью ковыляешь?

— Бикчантай, сынок Мамая, меня бабка ждет родная!

— А зачем к ней торопиться?

— Моя шуба там за печкой.

— А если шуба загорится?

— Окуну я шубу в речку.

— Вдруг умчит ее теченье?

— Я заплачу с огорченья.

— Лиса, лисонька хромая, как без шубы ты пойдешь?

— Бикчантай, сынок Мамая, как пройду, тогда поймешь!

Доверчивый хозяин «ложится спать» (закрывает глаза), а плутовка-лиса залезает в «курятник» и начинает гоняться за «курами». При этом она должна прыгать на одной ноге, вставать на обе ноги сразу ей запрещено. Иногда *до* начала игры договариваются, что «хромая лиса» может менять ногу, если устанет долго прыгать на одной ноге. «Куры» разбегаются от лисы врассыпную, но выбегать из курятника им строго запрещено.
Прыгая за «курами», «хромая лиса» стремится «осалить» кого-нибудь рукой. Игрок, которого лиса сумела коснуться, сам становится лисой в следующей игре.

Если лиса встала на две ноги и хозяин курятника заметил это, то он с криком бросается к лисе, и она убегает в нору. Если хозяин догонит лисицу и она не успеет спрятаться в норе, то этой дисе придется водить еще раз.

Правила.

1. Выбежавшая из круга курочка считается пойманной.
2. Если хозяин курятника был невнимателен и не заметил, что лиса встала на две ноги (даже на очень короткое время), то игра продолжается.
3. Заметив нарушение правил, хозяин должен сначала окрикнуть лису, а только потом пускаться за ней вдогонку.

7.3. Скок-перескок (Кучтем-куч)

На игровой площадке по кругу на расстоянии 50-100см чертятся круги по количеству участников. В них находятся дети. Водящий стоит в середине большого круга. По команде водящего: «Скок-перескок!» дети на одной ноге, двигаясь по часовой стрелке, должны, освобождая свой, перескочить в следующий круг . Водящий при этом тоже скачет на одной ноге, стараясь занять свободный круг. Если ему это удаётся, то ребёнок, не успевший занять «домик», становится водящим.

VIII. Подвижные игры Башкирии

8.1. Липкие пеньки

Водящие (их несколько человек одновременно) присаживаются на корточки, а остальные игроки бегают между ними. Водящие пытаются,

неподвижно сидя на корточках, поймать или хотя бы коснуться руками («ветками») пробегающих детей. Если им это удалось, то пойманный ребенок становится водящим, и теперь сам должен ловить («приклеивать») веселых бегунов.

Привила.

1. Нельзя ловить игроков за одежду.
2. «Пеньки» не должны сходить с места.

8.2. Поймай воробья поясом (Букен кайыш)

По кругу парами стоят дети: один впереди, другой за его спинной. В центре – водящий с поясом или верёвкой. Он ходит по кругу со словами:
Лето прошло, осень прошла, зима пришла.
Утки улетели, гуси улетели. Ворона, стой! Воробей беги!
После этих слов, водящий останавливается перед одной парой и показывает поясом на впереди стоящего ребёнка, который сразу начинает убегать по кругу. Водящий бежит за ним, размахивая поясом, и пытается запятнать. Если пояс коснулся игрока, он становится водящим. Если игрок успевает добежать до своего места, водящий остаётся прежний.

IX. Бурятские подвижные игры

9.1. Рукавицу гнать

Выбирают водящего и садятся вокруг него тесным кругом или напротив ведущего на лавке, но тоже так тесно, чтобы не было зазоров между сидящими. Руки все игроки держат за спиной. У одного из игроков в руках рукавица. Он начинает громко нараспев приговаривать: «Рукавицу гони!», одновременно передавая рукавицу своему соседу. Тот, в свою очередь, громко подхватывает песню и как можно быстрее передает рукавицу дальше. Водящий указывает на игрока, который должен показать свои руки. Если в них рукавица, то проигравший становится водящим, если — нет, то игра продолжается.

Правила.

1. Поет только тот, у кого рукавица.

2. Нельзя пытаться задержать у себя рукавицу, надо быстро передавать ее следующему игроку, который тут же начинает петь. Так создается эффект «какофонии», когда несколько игроков поют одновременно, с небольшой задержкой по времени.

3. Если водящий правильно указал игрока, у которого рукавица, тот не имеет права передавать ее дальше, а должен показать водящему и занять его место.

9.2. Ястреб и утки

Игра проводится на улице. Необходимо разделить участок на несколько зон: «камыши», «озеро». «Озеро» — это очерченная зона произвольной формы на одном из противоположных концов поля. На другом конце поля располагается «ястреб» — это ведущий, который будет ловить «уток». «Утки» должны по команде убегать от «ястреба», по дороге к «озеру» прячась в «камышах». «Камыши» — это несколько игроков, которые располагаются в произвольном порядке на расстоянии 1—1,5 м друг от друга на пути «уток» к «озеру». «Утки» спасаются сначала среди «камышей», а потом — в «озере», где «ястреб» уже не может их ловить. Если «ястреб» сумел «осалить» нескольких уток, то они считаются пойманными и выходят за пределы игрового поля. «Ястреб» продолжает ловить уже меньшее количество «уток». «Ястреб» побеждает, если сумел поймать всех «уток».

Правила.

1. «Камыши» не должны сходить с места или ловить кого-нибудь из игроков руками.

2. «Камыши» могут раскачиваться, стоя на месте, и таким образом мешать «ястребу» ловить «уток».

3. Каждая «утка» обязана поплутать в «камышах», а не сразу бежать к «озеру», где она будет в полной безопасности

9.3. Иголка, нитка, узелок (Зун, утах, зангилаа)

Все игроки делятся на тройки. Первый в тройке – иголка, второй – нитка, третий – узелок. Все в тройке держатся за руки. Чертится большой круг. Что иголка будет делать, тоже должны выполнять нитка и узелок.

Например: иголка прыгает в круг, за ней нитка и узелок.

X. Чувашские подвижные игры

10.1. Хищник в море

Для этой игры надо закрепить в центре поля или площадки колышек (столбик). На этот колышек надевается сверху веревка, которая закрепляется на высоте 20—30 см от поверхности земли с помощью незатягивающейся петли. За другой конец веревки берется водящий. Он прижимает этот конец веревки к своему бедру и бежит по кругу.

Образованный с помощью веревки круг — это «море», а веревка — это «хищник». Остальные дети — «рыбки», которые стремятся убежать от «хищника» — веревки, перепрыгнув ее.

«Водящий» может закручивать веревку то по часовой стрелке, то против, то убыстрять, то замедлять свой бег, а «рыбки», задевшие «хищника» (веревку), выбывают из игры. Игру следует продолжать, пока в море не останется всего 2-3 «рыбки». Затем можно выбирать нового водящего и продолжать игру.

Правила.

1. Нельзя поднимать веревку выше уровня бедра, потому что это сделает игру опасной.
2. «Рыбки», выскочившие за пределы «моря», считаются проигравшими.

10.2. Луна или солнце

Выбирают двух игроков, которые будут капитанами. Они договариваются между собой, кто из них луна, а кто солнце. К ним по одному подходят остальные, стоящие до этого в стороне. Тихо, чтобы другие не слышали, каждый говорит, что он выбирает: луну или солнце. Ему так же тихо говорят, в чью команду он должен встать. Так все делятся на две команды, которые выстраиваются в колонны - игроки за своим капитаном, обхватив стоящего впереди за талию. Команды перетягивают друг друга через черту между ними. Перетягивание проходит весело, эмоционально даже тогда, когда команды оказываются неравными.

Правила игры.

Проигравшей считается команда, капитан которой переступил черту при перетягивании.

XI. Марийские подвижные игры

11.1. Бой петухов

Все игроки должны разделиться на пары так, чтобы дети одного возраста и примерно равные по силам оказались друг напротив друга. Затем команды выстраиваются в две шеренги, одна напротив другой, так, чтобы каждый ребенок оказался напротив своего соперника. Дети становятся на одну ногу; другую ногу, согнутую в колене, держат за спиной обеими руками. По команде все дети начинают прыгать на одной ноге по направлению к своим соперникам, выставив вперед плечо. Сблизившись, противники толкают друг друга плечом, отскакивают и снова с разбега сталкиваются. Если во время петушиного боя игрок потеряет равновесие и встанет на обе ноги или обопрется на руку, чтобы не упасть, то он считается проигравшим, и пара выходит из игры. Когда все пары закончат состязаться, по дочитывается, сколько игроков из каждой команды стали победителями в бою петухов. Так определяется команда-победительница.

Правила:

1. Толкаться можно только плечом в плечо, другие удары запрещены.

2. Можно толкать только своего соперника по паре.

11.2. Биляша

Игроки делятся на две команды, которые выстраиваются одна напротив другой вдоль параллельных линий, нарисованных на расстоянии нескольких метров друг от друга. Если игра проводится в зале, то для обозначения границ двух линий можно использовать противоположные стороны ковра или широкой ковровой дорожки. По жребию решается, какая команда начинает игру. Один из игроков этой команды с криком: «Биляша!», направляется к шеренге противников. Дети из другой команды ждут его приближения, каждый ребенок вытягивает вперед свою правую руку. Водящий хватает за руку любого игрока и пытается перетянуть его на сторону своей команды, а тот упирается изо всех сил.

Если водящему удалось перетянуть игрока из другой команды за линию своей команды, то он берет его в плен и ставит позади себя.

Теперь игрок из другой команды может попробовать свои силы. Если он сумеет перетянуть на свою сторону игрока, за чьей спиной стоит пленник, то это будет двойная победа: он освободит члена своей команды и захватит противника. Игра продолжается, пока одна из команд не захватит определенное количество пленников или всю команду противников.

Правила.

1. Нельзя прятать руки за спину, таким образом, сопротивляясь захвату.
2. Тянуть к себе игрока можно любой рукой, но только_ не двумя руками сразу.
3. Игроки могут поддерживать сопротивляющегося члена своей команды только возгласами или скандированием.
4. Пленником считается игрок, переступивший за черту другой команды обеими руками.

XII. Подвижные игры народов Кавказа

12.1. Бег с палкой в руке (ингушская народная игра)

Известно много традиционных приемов этой игры, популярной у народов Северного Кавказа: держать палку на ладони, на пальце, на кулаке, локте и т.п.Рассмотрим, как можно устроить целое соревнование в беге, держа палку на ладони. Для этого надо заранее определить расстояние от старта до финиша и отметить его. Оно может быть 50-100 м, но маленькие дети могут бежать и на меньшую дистанцию. Также надо подготовить деревянные палки, с которыми участники будут соревноваться в беге. Они должны быть примерно одинакового веса и размера, чтобы все участники испытывали одинаковые трудности в удержании своих палок в равновесии. Если соревнуются школьники, то палки могут быть длиной до 1 м, если игра проводится со старшими дошкольниками, то длина палки не должна быть больше 50 см. Участники одного забега также не должны очень сильно отличаться между собой по росту.

Дети должны пробежать от старта до финиша, держа перед собой палку на ладони вытянутой вперед руки. Если ребенок во время бега уронил палку, то он выбывает из игры.
Побеждает тот, кто сумел первым добежать до финиша и не уронить палку.

Правила.

1. Если во время бега участник поддержал покачнувшуюся палку другой рукой, то он считается проигравшим и должен выбыть из игры.

2. При «фальстарте» игроку его результат не засчитывается.

12.2. Шапка канатоходца (дагестанская народная игра)

История этой игры восходит к древним обычаям горских народов, для которых одним из основных умений было умение удержать равновесие на крутых горных тропах. Первоначально в игру играли так: располагали два крупных камня высотой до 50 см на расстоянии 3—5 шагов друг от друга и сверху на них клали шест. Игрок должен был перенести шапки всех участников по очереди от одного камня к другому, ни разу не оступившись и не уронив ни одну шапку. Для игры можно использовать гимнастическую скамейку, по которой должны будут ходить дети в ходе игры. В этой игре дети могут просто потренироваться переносить в одной руке предметы (например, свои панамки), переходя из одного конца скамейки в другой и возвращаясь обратно.

Правила.

1. Игрок обязан быстро перенести все шапки, сложенные у основания скамейки, с одной стороны на другую.

2. Нельзя за один раз переносить больше одной шапки.

3. Свою шапку игрок переносит последней.

4. Если игрок устал, он может передохнуть, остановившись на одном краю скамейки, но он не должен спускаться на землю и даже касаться земли ногой.

12.3. Отгадай (дагестанская народная игра)

Игра напоминает жмурки. Водящему завязывают глаза и он начинает прыгать на одной ноге по кругу. Другую ногу он держит вытянутой вперед. Любой ребенок может осторожно хлопнуть водящего по вытянутой ноге. Тот останавливается и пытается угадать, кто ударил его по ноге.

Если водящий угадал, то проигравший игрок сменяет водящего. Если нет, то игра продолжается и водящий опять начинает прыгать по кругу на одной ноге.

Правила.

1. Нельзя сильно ударять водящего по вытянутой ноге, можно только слегка хлопнуть его рукой не более одного раза.

2. Водящий не должен открывать глаза, пока не угадает имя ударившего его игрока.

Если игроки еще слишком малы, им трудно прыгать на одной ноге, тогда можно разрешить прыгать на двух ногах, держа руку вытянутой вперед. Тогда водящего хлопают по руке.

XIII. Казахские подвижные игры

13.1. Есть идея! («Такия тастамак!»)

Количество играющих: 10 и более человек.

Инвентарь: тюбетейка.

Играющие становятся по кругу. Ведущий с тюбетейкой в руках обходит ребят. Незаметно кладёт за спиной у одного из игроков тюбетейку, произносит слова: «Есть идея!». После этих слов ведущий и игрок, за спиной которого лежит тюбетейка, начинают бежать вокруг ребят в разном направлении. Тот, кто схватил тюбетейку первым, становится водящим и т.д.

13.2. Байга

Детский вариант игры. Игроки разбиваются по парам. Один из пары становится «конем», а другой – «наездником». «Конь» встает спереди от «наездника» и запрокидывает руки назад, так, чтобы «наездник» мог ухватиться за них своими руками. Все пары («конь» и «наездник») встают вдоль линии и по сигналу «старт» бегут к намеченной цели – платку. Та пара, которая успеет быстрее всего достичь цели – побеждает.

13.3. Овцы и Волки (алармаж)

Пример командной игры. Дети учатся взаимодействовать друг с

другом, ощущать партнера. Это испытание ловкости и изворотливости, умения правильно координировать действия, передвигаться командой.

1. Дети выбирают ведущего. Это волк, остальные — овцы.
2. Группа детей берет друг друга за пояса. Их задача — увернуться от волка, чтобы он не смог выхватить крайнего в цепочке.
3. Волк нападает на овец и выхватывает менее поворотливого или замешкавшегося. Этот ребенок занимает место ведущего.

13.4. Цыплята (балапандар)

Эта забава предполагает формирование лидерских качеств у ребенка, ответственности за других, умения управлять коллективом, учит их взаимопомощи. Игра развивает ловкость, умение уходить от опасности, улучшает координацию движений и реакцию на опасность.

В состязании принимают участие до 15 ребятишек. С помощью считалочки определяются трое детей, которые выполнят роль квочек, трое станут коршунами. Остальные делятся на три равные группы. Это цыплята. Они ходят за квочкой, взявшись за пояски, припевая веселую песенку. Задача коршуна — ухватить зазевавшегося цыпленка, а мама-квочка выбирает такой маршрут и такой способ движения, чтобы этого не произошло.

13.5. Орамал

Орамал — развлечение, что предполагает развитие сноровки и расторопности, учит внимательности и быстроте реакции.

1. Выбирается ведущий и тот, в чьих руках первоначально окажется платок с завязанным узелком.

2. Дети образуют «живой» круг, а ребенок, кому достался платок, становится в центре.

3. Ребята и девочки водят хоровод до тех пор, пока «лов» — ведущий — не остановит.

4. Дети бросаются врассыпную. Задача основного игрока — заполучить платок с узелком. Этот предмет дети передают друг другу, убегая от него. Тот, кого поймали с атрибутом игры, должен выполнить желание «лова».

Список литературы

1. Окотэтто Е.Н. Ненецкие подвижные игры в детском саду: Пособие для воспит. дет. садов. – СПб.: филиал изд-ва «Просвещение», 2002. – 75 с.
2. Потпот Р. М. Игры народа ханты. Щел. Ханты-Мансийск, 2005. - 8 с.
3. http://pkds4.ru/wp-content/uploads/2017/12/Kartoteka-podvizhnyih-igr-narodov-Severa.pdf (Режим доступа: 10.05.2023)
4. https://kras-dou.ru/303/images/19-20/str-ped/komogortseva/metod-kop/kartoteka_podvizhnyh_igr_narodov_severa_dlya_detey_doshkolnogo_vozrasta.pdf (Режим доступа: 10.05.2023)
5. https://республика-саха-якутия.рф/stati/kultura/detskie-igry-narodov-severa.html (Режим доступа: 12.05.2023)
6. https://site.fs1servers.ru/Metodkopilka/voronij_den.pdf (Режим доступа: 12.05.2023)
7. https://infourok.ru/kartoteka-igr-igri-narodov-severa-903237.html (Режим доступа: 17.05.2023)
8. https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2013/10/29/igrovoe-assorti-igry-narodov-sng (Режим доступа: 17.05.2023)
9. ad11rogachev.schools.by/pages/belorusskie-narodnye-igry (Режим доступа: 17.05.2023)