Русские народные подвижные игры



Веселые подвижные игры – это наше детство. Кто не помнит неизменных пряток, жмурок, догонялок, салочек?

Когда возникли эти игры? Кто их придумал? Наверное, на эти вопросы нельзя найти точного ответа. Эти игры, как песни и сказки, созданы народом. Они отлично закаляют тело и душу.

Игры эти заставляют много двигаться и требуют находчивости, смекалки, ловкости и упорства. Проводятся они обычно на свежем воздухе на открытой площадке.

Участвовать в таких играх могут ребята самых разных возрастов – от дошкольников до старшеклассников.

Правила их просты и понятны.

Салки

Сюжет игры очень прост: выбирается один водящий, который должен догнать и осалить разбежавшихся по площадке игроков.

Но у этой игры есть несколько усложняющих ее вариантов.

1. Осаленный игрок становится водящим, при этом он должен бегать, держась рукой за ту часть тела, за которую его осалили.

Первый же игрок, до которого водящий дотронется, сам становится водящим.

2. Осаленный игрок останавливается, вытягивает руки в стороны и кричит: «Чай-чай-выручай». Он «заколдован».

«Расколдовать» его могут другие играющие, дотронувшись до руки.

Водящий должен «заколдовать» всех. Чтобы сделать это быстрее, водящих может быть двое или трое.



Красочки

Выбирается водящий – «монах» и ведущий – «продавец».
Все остальные играющие загадывают в тайне от «монаха» цвета красок. Цвета не должны повторяться.
Игра начинается с того, что водящий приходит в «магазин» и говорит: «Я, монах в синих штанах, пришел к вам за красочкой».
Продавец: «За какой?»
Монах называет любой цвет, например: «За голубой».
Если такой краски нет, то продавец говорит: «Иди по голубой дорожке, найдешь голубые сапожки, поноси да назад принеси!»
«Монах» начинает игру с начала.
Если такая краска есть, то играющий, загадавший этот цвет, пытается убежать от «монаха», а тот его догоняет.
Если догнал, то «краска» становится водящим, если нет, то краски загадывают вновь и игра повторяется.

Делай, как я!

Игра предназначена для малышей, в нее лучше играть на улице, где много места.
Дети выбирают ведущего. Его задача состоит в том, чтобы придумать и выполнить такие действия, которые было бы трудно повторить остальным играющим, например, перепрыгнуть через что-то, попрыгать 50 раз на одной ноге и т. д.
Кто не сумел повторить за ведущим – выбывает из игры.
Можно также ввести правило, что дети водят по очереди, тогда из игры никто не выбывает, все играют просто ради веселья.



Гуси

На площадке на расстоянии 10–15 метров проводят две линии – два «дома».

В одном находятся гуси, в другом их хозяин.

Между «домами», «под горой», живет «волк» – водящий.

«Хозяин» и «гуси» ведут между собой диалог, известный всем с раннего детства:

– Гуси, гуси!

– Га-га-га!

– Есть хотите?

– Да-да-да!

– Так летите!

– Нам нельзя. Серый волк под горой не пускает нас домой!

После этих слов «гуси» стараются перебежать к «хозяину», а «волк» их ловит.

Пойманный игрок становится «волком».

Жмурки

Игра проходит на небольшой ограниченной площадке, на которой нет опасных препятствий.

Водящему завязывают глаза, или он просто зажмуривается. Он должен с закрытыми глазами осалить кого-нибудь из играющих.

Играющие убегают от водящего, но при этом не заходят за пределы площадки и обязательно подают голос – называют водящего по имени или кричат: «Я здесь».

Осаленный игрок меняется ролями с водящим.



Горелки

Играющие выстраиваются в колонну парами, взявшись за руки. Водящий стоит перед колонной в нескольких шагах, спиной к играющим. Он говорит:

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

На слово «беги» пара, стоящая последней, должна быстро обежать колонну и встать впереди. А водящий стремится опередить их и занять одно из мест первой пары. Тот, кому не хватило места, становится водящим.

Вместо слов «последняя пара» водящий может произнести: «Четвертая пара» или «Вторая пара». В этом случае всем играющим надо быть очень внимательными и помнить, какими по счету они стоят в колонне.

Достань яблочко

Для игры необходим большой таз с водой.

В таз бросают несколько яблок, а затем игрок встает на колени перед тазом, держа руки за спиной, и пытается зубами поймать яблоко и достать его из воды.

Поскольку дети почти наверняка расплескают воду и забрызгаются сами во время игры, лучше проводить ее на улице, а детей одеть в что-то, что не линяет и не промокает.



Тише едешь

Водящий и играющие находятся по разные стороны двух линий, которые прочерчены на расстоянии 5–6 метров друг от друга.
Задача играющих – как можно быстрее дойти до водящего и дотронуться до него. Тот, кто это сделал, становится водящим.
Но дойти до водящего непросто.
Играющие двигаются только под слова водящего: «Тише едешь, дальше будешь. Стоп!» На слово «стоп» все играющие замирают.
Водящий, который стоял до этого спиной к играющим, поворачивается и смотрит.
Если в этот момент кто-то из играющих пошевелится, а водящий это заметит, то этому игроку придется уходить назад, за черту.
Водящий может смешить замерших ребят. Кто рассмеется, также возвращается за черту. А затем игра продолжается.

Быстрее, пожар!

Дети делятся на две или более команд, каждой команде выдается пластмассовый стаканчик с водой.
На определенном расстоянии от старта устанавливается большая кастрюля или ведро.
По сигналу участники обеих команд начинают эстафету. Они бегут со стаканом воды в руках к кастрюле и выливают в нее воду. Затем игроки как можно быстрее бегут к своим командам и передают стаканчики следующему участнику.
Стаканчик наполняется водой из шланга или другого источника (обе команды используют один шланг для большего веселья), и игрок снова бежит к кастрюле.
Выигрывает команда, первая наполнившая ведро водой.

