

РУССКИЕ НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

«Скакалка» (старший возраст)

Один из играющих берет скакалку и раскручивает её. Остальные прыгают через скакалку: чем выше, тем больше будет доход и богатство. Перед началом игры говорят следующие слова:

Чтоб был долог колосок,
Чтобы вырос лен высок,
Прыгайте как можно выше,
Можно прыгать выше крыши.

«Салки-догонялки» (младший возраст)

Играющие встают в круг, бегут, стараясь осалить бегущего впереди. Если это удастся, осаленный выбывает из игры. По новому сигналу играющие поворачиваются и бегут в другую сторону. И так далее.

«Ручеек» (подготовительный возраст)

Играющие выстраиваются парами друг за другом. Каждая пара, взявшись за руки, поднимает их вверх, образуя ворота. Последняя пара проходит через строй играющих и становится впереди. И так далее.

«Пчелы и ласточка» (младший возраст)

На полу раскладываются цветы. Из числа играющих выбираются несколько пчел и ласточка. Пчелы летают и напевают:

Пчелки летают,
Медок собирают!

Ласточка сидит в своем гнезде, а по окончании песенки говорит:

Ласточка встанет,
Пчелок поймает.

С последним словом ласточка вылетает и ловит пчел.

«Снежная карусель» (младший возраст)

Взявшись за руки, дети образуют круг, они снежинки. По сигналу педагога «Снежинки полетели!» дети ускоряют шаг, затем бегут. Пробежав в одну сторону они останавливаются, поворачиваются в другую сторону и вновь бегут.

«Ветер стих!»- говорит педагог и снежинки замедляют бег, затем останавливаются.

«Мороз Красный нос» (старший возраст)

На противоположных сторонах площадки обозначается два дома, играющие располагаются в одном из них. Водящий (Мороз Красный нос) становится посередине площадки лицом к играющим и говорит:

Я-Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь дороженьку пуститься?

Играющие отвечают хором:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

После произнесения слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящий догоняет их, стараясь коснуться рукой - заморозить. Замороженные останавливаются на том месте, где до них дотронулся водящий, и до окончания перебежки стоят, не двигаясь. Педагог вместе с Морозом подсчитывают количество замороженных. После каждой перебежки выбирают нового Мороза.

«У медведя во бору» (средний возраст)

Играющие выбирают водящего – медведя – и определяют место его берлоги. Дети идут в лес за грибами и ягодами и напевают песенку: «У медведя во бору грибы, ягоды беру. Медведь постыл, на печи застыл!»

Медведь просыпается, выходит из берлоги, медленно идёт по залу. Неожиданно он быстро бежит за играющими и старается кого-либо поймать. Пойманный становится медведем.

«Ерыкалище» (подготовительный возраст)

На полу очерчивается круг. Выбирается водящий – «Ерыкалище». На него одевают маску чудовища. Он становится в круг. Остальные бегают вокруг и напевают:

Эко диво, чудо-юдо,

Морская губа – Ерыкалище.

Эко диво, чудо-юдо,

С горынова дуба,

Морское поганище!

Неожиданно Ерыкалище выскакивает из круга и, прыгая на одной ноге ловит играющих. Кого поймает, уводит в плен (отдельный круг) и отдыхает. Его снова дразнят, Ерыкалище и пленный, прыгая на одной ноге ловят оставшихся. Игра продолжается, пока Ерыкалище и его пленники не переловят всех.

«Медведь» (старший возраст)

Выбирается «медведь». Остальные играющие поют, по очереди выставляя ногу:

Та ли нога?

Нет, не та.

И так несколько раз, пока очередь не дойдет до последнего. Тогда поют:

Усь, медведь,

Погонись за мной.

Затем разбегаются, а медведь вскакивает и бежит за ними. Кого поймают, тот становится медведем.

«Салки с мячом» (средний, старший возраст)

Водящий может догонять только того играющего, у которого в руках мяч. Мяч можно передавать от одного играющего к другому.

«Зайка» (младший возраст)

Выбирают водящего – зайку. Играющие становятся в круг и берутся за руки. В стороне ходит зайка. Играющие спрашивают его:

Зайка, зайка, где твой дом?

Зайка отвечает:

Мой дом под кустом, под березовым листом.

Затем все хором говорят:

Зайка, зайка, приходи к нам на лужок

На головку вить венки!

Зайка входит в круг и изображает действия, о которых говорится в песенке:

Зайка, сорви цветок.

Зайка, свей венки.

Положи венки на голову.

Топни ножкой.

Зайка попляши.

И так далее.

Затем выбирается новый зайка и игра повторяется.

«Баба Ёжка» (старший, подготовительный возраст)

В середину круга встает водящий – Баба Ёжка. В руках у нее помело. Вокруг бегают играющие и дразнят её:

Баба Ёжка – Костяная Ножка.

С печки упала, ногу сломала.

А потом и говорит: «У меня нога болит.»

Пошла она на улицу, раздавила курицу.

Пошла на базар, раздавила самовар.

Баба Ёжка скачет на одной ноге и старается кого-нибудь коснуться помелом. К кому прикоснется, тот замирает.

«Баба Яга» (старший, подготовительный возраст)

Водящий – Баба Яга – находится с завязанными глазами в центре круга. Играющие, ходят по кругу, не заходя в него и произносят слова:

В темном лесу избушка
Стоит задом-наперед.
В той избушке есть старушка
Бабушка Яга живет.
У нее глаза большие,
Дыбом волосы стоят.
Ух и страшная какая,
Наша Бабушка Яга!

На последнем слове играющие входят в круг и прикасаются к Бабе Яге. А она старается кого-либо поймать.

«Теремок» (старший возраст)

Группа делится на две команды. В первую входят жители теремка, во вторую – зверята. Живущие в теремке, взявшись за руки образуют круг, зверята свободно располагаются за кругом. Дети стоящие в кругу, произносят слова и двигаются по кругу поднимая и опуская руки:

Строим, строим теремок,
Он не низок, не высок,
Заходите к нам зверята,
Кто промок и кто продрог.

На эти слова зверята забегают в теремок и, прыгая приговаривают:

В тереме лесной народ
Пляшет, песенки поет!

Дети, стоящие в кругу, хлопают в ладоши и вместе со зверятами приговаривают:

Прыг-скок, прыг-скок,
Завалился теремок.

С последними словами они соединяют руки, приседают, а педагог считает: «раз, два, три». За это время все зверята должны выпрыгнуть из теремка. Тот кто не успел выбывает из игры.

«Петушинный бой» (старший, подготовительный возраст)

В игре участвуют двое детей, желательно равных по возрасту и физ. развитию. Двое участников игры встают на одну ногу, закладывают руки за спину. Потом они начинают толкать друг друга плечами. Цель каждого игрока – постараться заставить противника встать на обе ноги. Вставший на вторую ногу считается проигравшим.

«Кошки-мышки» (средний возраст)

Все дети встают в круг, взявшись за руки. Считалкой выбираются двое главных игроков – кошка и мышка. Мышка забегает в середину круга. Задача кошки, которая находится вне круга, - поймать её. Дети в хороводе выполняют роль помощников мышки, сцепленными руками преграждая дорогу к ней кошки. Кошка бежит вдоль хоровода, отыскивая место, в котором можно пробежать в центр круга - к мышке. Но дети все время чинят кошке препятствия. Если кошка старается перепрыгнуть сцепленные руки, то дети должны их приподнять. Если кошка старается пробежать под руками, то дети могут присесть на корточки и опустить руки. В тот момент, когда кошка все-таки находит возможность пробежать в круг, мышка должна успеть от туда выбежать. И игра начинается сначала, только теперь кошку не выпускают из круга.