Веселые подвижные игры - это наше детство. Кто не помнит неизменных пряток, салочек, ловишек?  Когда они возникли? Кто придумал эти игры? На этот вопрос только один ответ: они созданы народом также, как и сказки, как и песни. Русские подвижные игры имеют многовековую историю, они сохранились и дошли и до наших дней из старины, передавались из поколения в поколение. Русские народные игры ценны для наших детей в педагогическом отношении: они оказывают большое влияние  на воспитание ума, характера, воли, укрепляют ребенка. В народных играх много юмора, соревновательного задора, движения точны и образны, часто сопровождаются  неожиданными моментами, любимыми детьми считалками и зазывалками. Современные дети мало двигаются, меньше, чем раньше играют в подвижные игры из-за привязанности к телевизору, компьютерным играм. Чтобы поддержать интерес детей к народным подвижным играм, они должны их узнать и задача педагога помочь им в этом.

Русские народные игры издавна служили средством самопознания, в играх проявляются лучшие человеческие качества: доброта, благородство, взаимовыручка, самопожертвование ради других.  Народные игры разнообразны, развлекательны и эмоциональны.

**"Перебежки"**

На противоположных сторонах площадки отмечают линиями два дома, расстояние между ними 10-20 м. Участники игры делятся на две равные группы и занимают дома. В середине площадки стоит водящий. Игрокам нужно из одного дома перейти в другой. Водящий их не пропускает, он старается  осалить перебегающих. Осаленный выходит из игры.  Побеждает та группа, в которой  оказывается большее число игроков в конце игры.

**"Кошка и мышка"**

Играющие перед началом игры выбирают  кошку и мышку, берут друг друга за руки  и встают в круг. Кошка стоит за кругом, мышка - в круге. Кошка старается  войти в круг и поймать мышку, но играющие закрывают входы перед ней, она старается подлезть под ворота, играющие приседают, и не пропускают ее в круг. Когда кошка проберется в круг, дети сразу же  открывают ворота и мышка выбегает из круга. А кошку они стараются из круга не выпускать. Если же кошка поймает мышку, то они встают  в круг, а играющие  выбирают новых кошку и мышку.

Правила.

1. Кошка может поймать мышку как в круге, так и за кругом.

2. Играющие открывают ворота только для мышки.

**"Жмурки"**

Играющие выбирают "кота", завязывают ему глаза  платком, он теперь жмурка. Подводят его к двери и поют:

**- Иди, кот, на порог,**

**Где сметана и творог!**

**Повернись пять раз,**

**Лови мышек, а не нас!**

После этих слов все разбегаются, а кот их ищет. Дети увертываются, приседают, ходят на четвереньках (далеко отходить и прятаться нельзя). Если кот  подойдет близко к какому-нибудь предмету, о который можно удариться, его предупреждают, говоря: "Огонь!" Когда кот ("Жмурка") поймает кого-либо их детей, тот занимает его место, и игра повторяется**.**

**"Мельница"**

Играющие встают в круг, каждый участник, не сходя с места, кружится. При этом все поют:

**- Мели, мели, мельница!**

**Жерновочки вертятся!**

**Мели, мели, засыпай**

**И в мешочки набивай!**

На последнем слове песни все должны остановится и стоять не шевелясь.  Кто упадет  или не сумеет вовремя остановиться, тот из игры выходит, остальные повторяют песню, и опять кружатся. Остается в круге самый выносливый, он и выигрывает.

**"Подкиды"**

Один из играющих берет в руки мяч и напевает:

**- Оля, Коля, дуб зеленый!**

**Ландыш белый, зайка серый**

**Брось!**

Со словами "Брось!" сильно подбрасывает мяч вверх. Кто из игроков первым его подхватит, тот поет тот же игровой припев и подбрасывает мяч.

**"Выбей мяч из круга"**

Дети встают в круг на расстоянии двух шагов друг от друга, руки держат за спиной.  Водящий встает в центр, кладет мяч на землю и, ударяя ногой по нему, старается выкатить из круга. Играющие не пропускают мяч, отбивают его ногами водящему. Кто пропустит мяч, тот идет водить.

Правила.

1.Играющие не должны касаться мяча руками.

2. Мяч игрокам  разрешается отбивать так, чтобы он катился по земле.

3. Водящему не разрешается отходить от центра круга дальше, чем на два шага.

Указания к проведению.

В игре принимают участие не более 10 человек.  Детям нужно напомнить, что мяч нужно подталкивать внутренней стороной стопы или носком.  Нельзя сильно ударять по мячу. Если играющие хотят остановить мяч, прежде чем его передать водящему, лучше это сделать внутренней стороной стопы или подошвой, приподняв носок.

**"Аисты и лягушки"**

Дети делятся на две группы - "Аисты" и "Лягушки" и располагаются на противоположных сторонах площадки.  "Аисты" стоят на одной ноге, а "Лягушки" прыгают к ним со словами:

**- На одной ноге стоишь,**

**На болото ты глядишь,**

**А мы весело, прыг-скок,**

**Догони-ка нас, дружок!**

"Аист"  догоняет "Лягушек". На следующий раз дети меняются ролями.

**"Жаворонок"**

**В небе жаворонок пел,**

**Колокольчиком звенел.**

**Порезвился в тишине,**

**Спрятал песенку в траве.**

Дети стоят в кругу, поют.  Жаворонок - водящий ребенок с колокольчиком двигается поскоками внутри круга. С концом песни останавливается и кладет колокольчик на пол между двумя детьми.   Эти дети поворачиваются спинами друг к другу. Все говорят:

**- Тот, кто песенку найдет,**

**Будет счастлив целый год!**

Эти двое обегают круг, двигаясь в противоположные стороны. Кто первым схватит колокольчик, становится "жаворонком".

**"Огородник"**

В центре большого круга ставят "пенек" (стульчик), в круге складывают колышки (или  игрушки, обозначающие овощи).  Все играющие стоят за кругом. "Огородник" сидит на пенечке и тешет "колышки", при этом приговаривает:

**- На пенечке я сижу,**

**Мелки колышки тешу,**

**Огород ращу.**

С окончанием слов, играющие стараются быстро вбежать в огород и унести колышки (овощи).  Ребенок,  до которого дотронулся "огородник", выбывает из игры.  Побеждает тот, кто больше всех наберет колышков.

**УДАЧИ ВАМ И ВАШИМ ДЕТЯМ!**

«Народные подвижные игры для дошкольников»

