# Подвижные игры народов, проживающих на территории Алтайского края.

- **Составитель: инструктор по физической культуре Коротич С.А.**

# Русские народные игры.

# Русская народная игра «Гори ясно»

- **Цель** : упражнять детей в умении самостоятельно менять направление движения .
- **Ход :**
- Дети стоят в кругу, держась за руки. В середине ребёнок с платочком в руке.
- Все дети идут вправо по кругу, водящий машет платочком.
- Дети останавливаются и хлопают в ладоши. Водящий скачет внутри круга. С окончанием музыки останавливается и встает перед двумя стоящими в кругу детьми.
- Играющие хором поют считалочку:
- *«Гори, гори ясно,*
- *Чтобы не погасло,*
- *Раз, два, три!»*
- На слова «Раз, два, три!» 3 раза хлопают в ладоши, а водящий взмахивает платком. После этого выбранные дети поворачиваются спиной друг к другу и обегают круг. Каждый стремиться прибежать первым, взять у водящего платочек и высоко поднять его.

# Русская народная игра «Золотые ворота»

- **Цель: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве.**
- **Ход: Пара игроков встают лицом друг к другу и поднимают вверх руки – это ворота. Остальные игроки берутся друг за друга так, что получается цепочка.**
- **Все дети говорят:**
- ***Ай, люди, ай, люди,н аши руки мы сплели.***
- ***Мы их подняли повыше, получилась красота!***
- ***Получились не простые, золотые ворота!***
- **Игроки-ворота говорят стишок, а цепочка должна быстро пройти между ними.**
- **Дети – *«ворота»* говорят:**
- **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.**

# Русская народная игра «Ручеёк»

- **Цель**: Обучение в игровой манере ходьбе, внимательности, игре в коллективе.
- **Ход**: Дети становятся парами, взявшись за руки. Руки надо поднять кверху таким образом, чтобы получился *«домик»*. Пары детей становятся друг за другом, постепенно передвигаясь вперед. Формируется что-то вроде *«ручейка»*, который постоянно течет.
- Один человек заходит в начало этого ручейка, проходит под поднятыми руками игроков и выхватывает из основной массы одного из игроков за руку, уводя его с собой в конец ручейка, вставая последним его звеном. На освободившееся место встает следующая пара игроков, а освободившийся игрок идет в начало ручейка и проделывает то же самое – идет под руками игроков, выхватывая из ручейка понравившегося человека за руку и уводя его в самый конец ручейка.

# Украинские народные игры

# Украинская народная игра «Колдун»

- **Цель:** Повышать двигательную активность детей, воспитывать интерес к украинским народным подвижным играм
- **Ход :**

Перед началом игры выбирают колдуна.. Все разбегаются, а колдун пытается догнать кого-нибудь и дотронуться рукой. Пойманный замирает, разведя руки в стороны. Расколдовать его могут другие игроки, дотронувшись до него рукой. Однако колдун следит за своей жертвой, и только кто-либо снимает чары, то он старается повторным ударом снова напустить их. Кроме того, он пытается заколдовать и тех, кто отваживается выручить товарища.

- ***Правила игры.*** Заколдованный игрок остается на месте. Заколдованный трижды сам становится колдуном, а его предшественник присоединяется к убегающим.

# Украинская народная игра «Волк и козлята»

- Цель: Повышать двигательную активность детей, воспитывать интерес к украинским народным подвижным играм
- Ход игры
- На игровой площадке  чертится круг 4-8 метра диаметром, и за его пределами ещё кружочки диаметром 1 метр на расстоянии 1-2 метра.
- Маленькие кружочки это домики для козлят. Кружочков чертится на один меньше, чем игроков-козлят. По считалочке выбирают волка. В начале игры волк становится за пределами большого круга, а козлята внутри круга. На счёт три все козлята выбегают из круга и занимают домики.
- Тот козлёнок, которому не достался домик, бегает от волка между большим кругом и домиками. Волк должен поймать козлика, но если козлёнок обежит круг 3 раза, то погоня прекращается и все остаются на своих местах. Если волк поймает козлёнка, то они меняются местами и игра начинается заново.

# Украинская народная игра «Колокол»

- Цель: Повышать двигательную активность детей, воспитывать интерес к украинским народным подвижным играм

Ход игры:

- Взявшись за руки, играющие образуют круг. Водящий, выбранный по считалке, становится внутри круга. Налегая на руки составляющих круг, он старается разъединить их, приговаривая: «Бов». Повторяет это до тех пор, пока не разомкнет чьи-либо руки, после чего убегает, а двое разомкнувших руки ловят (салят) его. Поймавший становится водящим.
- Правила.
- Водящий должен разъединить руки стоящих в кругу без помощи своих рук.
  Водящего можно салить, пока он не отбежит от круга на условленное расстояние.

# Узбекские народные игры.

# Узбекская народная игра «Белый тополь, зеленый тополь»

- **Цель**: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространств
- **Ход**
- Играющие делятся на две равные группы и строятся в две шеренги лицом друг к другу. Игроки, стоящие в каждой шеренге, берутся за руки на расстоянии вытянутых рук. По сигналу стоящие в одной шеренге обращаются к стоящим в другой шеренге: Белый тополь, зеленый тополь! От нас кто вам нужен?
- Игроки, стоящие в другой шеренге, называют имя одного из участников игры противоположной команды. Игрок, чье имя названо, бежит к противоположной шеренге, чтобы разорвать цепь, образованную игроками. Если ему удастся разорвать цепь, то он возвращается к своей шеренге, уводя с собой кого-то из игроков той команды, где разорвана цепь. Если бежавшему не удается разорвать цепь, то он переходит в другую шеренгу, увеличив тем самым количество участников этой команды.

# Узбекская народная игра «Пастух и козы »

- **Цель**: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространств
- **Ход:**
- Играющие делятся на две группы: одна — пастухи, другая — козы. Козы находятся - в кругу диаметром 6 м, пастухи — вне круга. По сигналу один из пастухов, подпрыгивая на одной ноге, входит в круг и ловит коз (касается рукой). Через некоторое время по сигналу в круг, также подпрыгивая, входит другой пастух, а первый занимает его место. Игра продолжается, пока пастухи не поймают всех коз, после этого команды меняются ролями.
- Выигравшей считается группа пастухов, поймавшая коз за самое короткое время. Пастухи могут иметь атрибуты национального костюма: бумажные тюбетейки, поясные платки и т. д.
- Правила игры.
- Козы не должны выходить из круга, пока их не осалили. Пастух имеет право подпрыгивать как на левой, так и на правой ноге.

# Узбекская народная игра «Чай-чай!»

- **Цель:** Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространств»
- **Ход :**
- Все играющие располагаются на площадке обведенной чертой. Водящий кричит: «Чай-чай!» - и, подняв руку, бежит по площадке. Остальные игроки должны догнать его и коснуться рукой. Коснувшийся игрок становится заводилой. Он тоже, закричав: «Чай-чай!» - и, подняв руку, бежит по площадке. Остальные игроки должны догнать его и коснуться рукой. Коснувшийся игрок становится заводилой. Он тоже, закричав: «Чай-чай!» - и подняв руку, бежит по площадке. Игра возобновляется. Тот игрок, которому удалось долгое время остаться непойманным, считается победителем.
- *Правила игры*. Играющие не должны выходить за пределы площадки. Нарушившие правила не принимают участия в игре в течение одного ее повторения.

# Алтайские народные игры.

# Алтайская народная игра. «Лошади и волк»

**Цель:**
Повышать двигательную активность детей, воспитывать интерес к алтайским народным подвижным играм

**Ход :**
Играющие выбирают вожака. Лошади пасутся на лугу. По сигналу вожака дети – лошадки выстраиваются друг за другом и берутся за пояс. Вожак становится первым. На него нападает волк вожак бегает, старается, чтобы волк не задел его. Не удержавшийся в цепочке ребенок – лошадка считается съеденным и выбывает из игры.

# Алтайская народная игра. «Хромой журавль»

**Цель:**

Развивать ловкость , воспитывать  интерес к алтайским народным подвижным играм

**Ход игры:**

Все играющие делятся на пары. Поднимают одну ногу назад, согнув ее в колене.

Руки сцеплены за спиной. По сигналу журавли – дети, прыгая на одной ноге, стараются толкнуть противника плечом, чтобы он встал на обе ноги.

Проигрывает тот, кто коснулся земли второй ногой.

# Алтайская народная игра. «Спрячь серьгу»

**Цель:**

Развивать ловкость , воспитывать  интерес к алтайским народным подвижным играм

**Ход** :

Все играющие делятся на две группы. Одна группа прячет серьгу, другая ищет. Если не найдут, то поют:

Под месяцем тополь листву золотую колышет.
Золотую серьгу, месяц, не прячь, отдай.
Под солнцем тополь листвой колышет красивой.
Прекрасную серьгу, солнце, не прячь, отдай.

После пения прятавшая команда отдает серьгу проигравшим. Игра повторяется.

# Татарские народные игры

# Татарская народная игра «Хлопушки»

**Цель:**

развивать быстроту, ловкость.

**Ход .** На противоположных сторонах площадки отмечаются двумя параллельными линиями два города. Между городами расстояние. Все дети выстраиваются у одного из городов в одну шеренгу: левая рука на поясе, правая 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 наперегонки к противоположному городу. Кто быстрее добежит, тот останется в новом городе, а отставший становится водящим.

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

# Татарская народная игра «СКОК-ПЕРЕСКОК »

**Цель: развивать быстроту, ловкость.**

**Ход игры.**

- **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 ста-, рается 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.**

# Татарская народная игра «Займи место»

**Цель:** развивать быстроту, ловкость.

**Ход .**

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.
-

# Азербайджанские народные игры.

# Азербайджанская народная игра «Отдай платочек»

- Цель:
- развивать умение ориентироваться в пространстве, выполнять действия в соответствии с правилами или текстом игры
- Ход :
- Играющие делятся на две группы и выстраиваются в шеренгу друг против друга, держа руки за спиной. В центре между шеренгами стоит один игрок. В каждой команде выбирают ведущего, которому дают платочек. Ведущий проходит позади своей команды и незаметно вкладывает платочек в руку одному из детей. После этого игрок, стоящий в центре, дает команду: «Отдай платочек!» Дети с платочками должны выбежать и отдать платочек ведущему. Побеждает тот, кто быстрее отдаст платочек. Команда, набравшая больше очков, побеждает.
- Правила игры.
- Бежать и отдавать платочек можно только по сигналу Платочек надо каждый раз давать разным детям

# Азербайджанская народная игра «Дети и петух»

**Цель:**

Развивать двигательную активность, интерес к азербайджанским народным играм.

**Ход**

Один из игроков изображает петуха. Петух выходит из своего дома, ходит по площадке и три раза кукарекает. Игроки, находящиеся в "домиках" в ответ:

- Петушок, петушок,

Золотой гребешок!

Что так рано встаешь,

Детям спать не даешь?

После этого петух опять кукарекает, хлопает крыльями и начинает ловить детей, которые, выйдя из своего домика, бегают по площадке. Если не получилось поймать ребят, то он опять изображает петуха.

# Азербайджанская народная игра «Белый мяч-черный мяч»»

**Цель :**развить ловкость, двигательные навыки детей.

**Ход :**

Играющие делятся на две равные команды. В каждой команде выбирается ведущий. Одному ведущему дается мяч белого цвета, другому - черного цвета. По сигналу ведущие бросают свои мячи как можно дальше. По второму сигналу по одному игроку из каждой команды бегут за своим мячом. Победитель тот, кто быстрее принес мяч своему ведущему, получает очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков. Бросать мяч и бежать за ним можно только по команде. Мяч бросать как можно дальше.