

Подвижные народные игры для детей среднего возраста



Игра «Кот и мыши»

Ребята, изображающие мышей, становятся в ряд, а выбранный по считалке «кот» - напротив. Мышки скачут и поют:

Три-та-та, три-та-та, не боимся мы кота.

Мы кота-воркота завернем за ворота!

Кот, увидев, что мыши разошлись, делает прыжок. Мыши замирают на месте. Те мыши, до которых кот, не сходя с места, дотронулся руками, выбывают из игры.

Игра «Курочки - курчентяточки»

Дети ходят по кругу, изображая курочек, и поют песню. Водящий петушок ходит в центре круга, размахивая руками, высоко поднимая ноги. На словах «и все делают вот так» петушок замирает в какой-нибудь позе. Остальные дети повторяют это движение.

Курки-курчентяточки, хвостики, лопаточки,

Жито жнут и гребут, петухам не дают.

Петухи не едят, все на курочек глядят.

И все делают вот так!

Игра «Пчёлки и ласточки»

Играющие пчёлы летают по поляне и напевают:

*Пчёлки летают,
Медок собирают!*

*Зум, зум, зум!
Зум, зум, зум!*

Ласточка сидит в своём гнезде и слушает песню. По окончании песни ласточка говорит: «Ласточка встанет ,пчёлку поймает». С последним словом она вылетает из гнезда и ловит пчёл. Пойманный летающий становится ласточкой, игра повторяется. (пчёлы летают по всей площадке, гнездо ласточки находится на возвышенности).

Игра «Медведь»

Ребята ходят по комнате , делая вид, что собирают ягоды,
поют песню:

У медведя во бору цветы, ягоды беру.

А медведь меня не слышит, не гонится за мной.

Ведущий, медведь, говорит: «Веточка обломится, медведь
за мной погонится!»

Все хлопают в ладоши и убегают от медведя; пойманный
медведем становится на его место, игра повторяется.

Подвижные народные игры для детей старшего возраста



Игра «Совушка»

Выбирается водящий – совушка. На площадке обозначается круг – это гнездо совшки. В круге стоит совушка, принимая исходное положение: руки на поясе, локти назад, спина прямая. Игроки берутся за руки, образуя вокруг совушки большой круг. По сигналу дети идут боком приставным шагом и говорят:

*Ах ты, совушка – сова,
Ты большая голова,
Ты на дереве сидишь,
Ночь летаешь, днём ты спишь.*

Подается команда: *День наступает, всё оживает!*

Дети, изображая мышек, встают на носки и бегают в различных направлениях, приближаясь к гнезду совушки. Затем ведущий говорит: *Ночь наступает, всё засыпает!*

Мышки замирают на месте, держа правильную осанку. Позы заранее оговорены. Совушка вылетает на охоту, зорко осматривая игроков и отправляет на скамейку тех, у кого осанка неправильная. Через 3-6 сек. дается команда «*День!*» - и игра продолжается.

Как только совушка поймает 3 мышек, игра останавливается. Выбирается новая совушка, а бывшие игроки возвращаются в круг.

*Положения, принимаемые мышками в то время,
когда совушка вылетает на охоту:*

- ❖ **«Силачи»:** руки к плечам, пальцы в кулаки, лопатки сблизить.
- ❖ **«Пистолет»:** полуприсед на правой ноге, левую вперед, руки на пояс, локти назад.
- ❖ **«Флюгер»:** полуприсед, руки в стороны ладонями вперёд, спина прямая, колени развести, смотреть прямо.
- ❖ **«Аист»:** стоя на правой ноге, согнуть в колене левую, руки вверх, ладонями наружу.

Игра «Пирог»

Дети делятся на две группы и становятся друг против друга. Между ними садится участник, изображающий пирог. Сразу после слов: «Режь да ешь!» к «пирогу» бегут по одному участнику от каждой группы. Кто первый его коснется, тот уводит в свою группу, а второй остаётся изображать «пирог». Выигрывает группа, забравшая больше «пирогов».

Дети поют:

Да экий он высокиненький,

Эх, да экий он широкиненький,

Эх, да экий он мякишненький,

На столе пирог сладёшенький.

Режь да ешь!

Игра «Коршун»

Среди игроков распределяются роли: один становится «коршуном», другой – «курицей», все остальные – «цыплятами». «Цыплята» выстраиваются в колонну за «курицей» по одному, крепко держась за пояс друг друга. Игра начинается с диалога:

- Коршун, коршун, что с тобой? – хором спрашивают «цыплята».

- Я ботинки потерял, - отвечает «коршун».

- Эти? – «курица» и вслед за ней «цыплята» выставляют правую ногу в сторону.

- Да! – кричит «коршун» и бросается ловить «цыплят».

«Курица» при этом защищает «цыплят», не толкая «коршуна». Пойманный «цыпленок» выходит из игры.

Игра «Заря»

Дети встают в круг ,руки держат за спиной, а один из играющих – «заря» - ходит сзади с лентой и говорит:

***Заря-зарница,
Красная девица,
По полю ходила,
Ключи обронила,
Ключи золотые,
Ленты голубые,
Кольца обвитые –
За водой пошла!***

С последними словами водящий осторожно кладет ленту на плечо одному из играющих, который, заметив это, быстро берёт ленту, и они оба бегут в разные стороны по кругу. Тот ,кто останется без места ,становится «зарей». Игра повторяется. Бегущие не должны пересекать круг. Играющие не поворачиваются, пока водящий выбирает ,кому положить на плечо ленту.