

Картотека народных подвижных игр.

Подготовила инструктор ФК отделения
реабилитации для детей и подростков с ОВЗ в г.
Нефтекамск РБ
Тощевикова Наталья Ивановна

ВОДЯНОЙ

Цель: совершенствовать ходьбу спокойным шагом по кругу, легкий стремительный бег.

Ход игры:

Выбирается «дедушка», он садится на стул в центре круга. Все играющие, ходят по кругу и поют:

*Уж ты дедушка седой,
Что сидишь ты под водой?
Выглянь на минуточку.
Посмотри хоть чуточку.
Мы пришли к тебе на час,
Ну-ка, тронь попробуй нас.*



«Водяной» встает с места и начинает ловить играющих, которые убегают на места.

МЕДВЕДЬ

Цель: развивать эмоциональное отношение к игре. Выработать у детей выдержку. Продолжать учить стремительному бегу.

Ход игры:

Один из детей изображает медведя. Он делает вид, что спит. Дети собирают грибы и ягоды, поют:

*У медведя во бору,
Грибы, ягоды беру.
А медведь не спит,
Всё на нас глядит.
А потом как зарычит
И за нами побежит.*



Медведь встает и начинает гоняться за детьми.

САПОЖОК

Цель: выразительно передавать содержание музыки. Самостоятельно начинать движение после вступления. Быстро реагировать на смену регистра, сменой движений. Упражнять в подскоках, легком беге и простом шаге. Воспитывать выдержку, умение подчиняться правилам игры, укреплять дружеские, доброжелательные взаимоотношения.

Ход игры:

Играющие стоят в кругу, в разных местах которого выбирают 5-6 детей. Им дают цветные платочки. Все стоят в общем кругу.

Дети идут по кругу и поют:

*Скок, скок, сапожок,
Выходи на лужок,
То прыжком, то бочком,
Топай, топай каблучком!*

Останавливаются.
Дети с платочками выходят в середину круга, двигаются внутри него легким подскоком. Стоящие по кругу хлопают в ладоши.



ЧУРИЛКИ

Цель: воспитывать организованность, развивать ловкость, быстроту.

Ход игры:

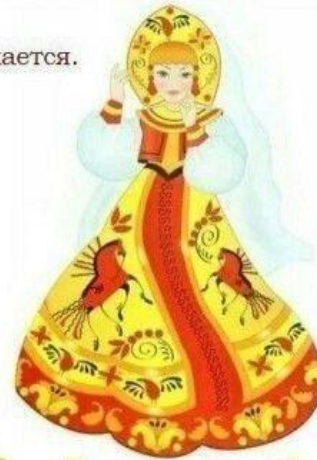
Играющие выбирают двоих детей. Одному завязывают платком глаза, другому дают бубен (или колокольчик); затем ведут вокруг них хоровод и поют:

*Колокольцы, бубенцы,
Раззвонились удалцы.
Диги-диги-диги-дон,
Отгадай, откуда звон?*

После этих слов игрок с бубном начинает звонить и ходить в круге, а жмурка старается его поймать.

Как только жмурка поймает его, их меняют другие игроки.

Игра продолжается.



ЗОЛОТЫЕ ВОРОТА

Цель: совершенствовать легкий бег, развивать ловкость.

Ход игры:

Участники игры делятся на тех, кто стоит в кругу, подняв сомкнутые руки. И тех, кто через эти ворота пробегает цепочкой (или по одному).

Стоящие поют:

*Золотые ворота
Пропускают не всегда:
Первый раз прощается,
Второй – запрещается,
А на третий раз
Не пропустим вас!*

«Ворота» закрываются и «ловят» того, кто остался в них. Оказавшиеся внутри круга, берутся за руки с образующими круг, увеличивая «ворота».



Fizinstruktor.ru

ГОРИ, ГОРИ ЯСНО!

Цель: упражнять детей в умении самостоятельно менять направление движения со сменой тембровой окраски музыки. Воспитывать организованность, развивать ловкость, быстроту.

Ход игры:

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 оббегают круг. Каждый стремится прибежать первым, взять у водящего платочек и высоко поднять его.



Fizinstruktor.ru

СОЛНЦЕ

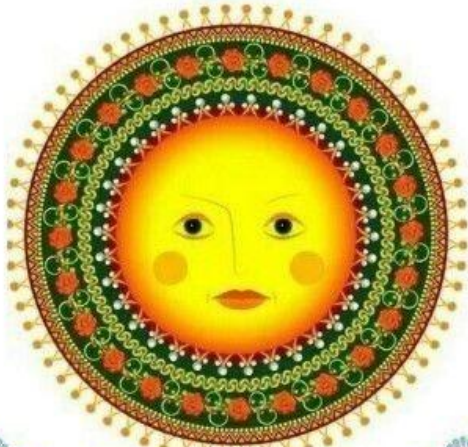
Цель: действовать в соответствии с текстом песни. Ходить по кругу, взявшись за руки, спокойным, хороводным шагом. Уметь расширять и сужать круг. Учить стремительному бегу.

Ход игры:

Дети стоят по кругу. В центре «солнце» - ребёнок.

<i>Гори солнце ярче, Лето будет жарче. Я зима теплее, А весна милее А зима теплее, А весна милее.</i>	<ul style="list-style-type: none">- Дети ходят по кругу.- Идут в центр.- Из центра обратно.- В центр.- Обратно.
---	---

После слов «солнце» (ловишка) ловит детей.



ВОРОН

Цель: двигаться в соответствии с плясовым характером музыки и передавать содержание текста песни. Уметь расширять и сужать круг. Отрабатывать дробный шаг и разнообразные знакомые плясовые движения.

Ход игры:

Дети стоят по кругу. Выбирается заранее один ребёнок, изображающий «ворона». (Он стоит в кругу вместе со всеми)

*Ой, ребята, та-ра-ра!
На горе стоит гора,
А на той горе дубок,
А на дубе воронок.
Ворон в красных сапогах.
В позолоченных серьгах.
Черный ворон на дубу,
Он играет во трубу.
Труба точеная,
Позолоченная,
Труба ладная,
Песня складная.*

С окончание песни «Ворон» выбегает из круга, все закрывают глаза, «ворон» обегает круг, дотрагивается до чьей-нибудь спины, а сам становится в круг.



СОВА



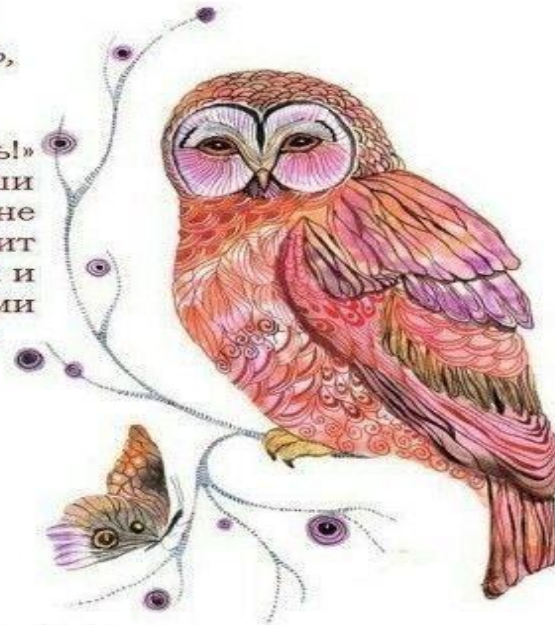
Цель: развивать у детей способность выразительно передавать игровой образ. Учить двигаться легко, свободно. Воспитывать выдержку, внимание. Проявлять творчество.

Ход игры:

Один из играющих изображает «сову», остальные – мышей. Сова выкрикивает: «Утро!» Тут же мыши начинают бегать, скакать, делать различные телодвижения. Сова кричит: «День!» Мыши продолжают двигаться. Сова говорит: «Вечер!» Мыши встают в круг, ходят вокруг совы и поют:

*Ах ты, совушка - сова,
Золотая голова.
Что ты ночью не спишь,
Всё на нас глядишь?*

Сова говорит: «Ночь!» При этом слове мыши мгновенно замирают, не двигаясь. Сова подходит к каждому из играющих и различными движениями и весёлыми гримасами старается какое-либо движение, из игры выбывает.





Спасибо
за внимания!