

Картотека подвижных игр коренных народов Севера

Важенки и оленята

Цель: Учить детей действовать по сигналу, бегать, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве.

Ход игры: На полу чертятся несколько кругов, в одном из них находится важенка и двое оленей. Волк сидит в противоположной стороне. На слова:

Бродит в тайге важенка, с нею оленята.

Объясняет каждому, что непонятно.

Топают по лужам оленята малые,

Терпеливо слушая наставленья мамино.

Оленята выбегают из круга, ходят по тайге, пьют воду. По сигналу «Волк идёт!», оленята и важенка убегают в свой домик. Пойманного волк уводит с собой. Важенка, у которой волк не поймал ни одного оленёнка, считается самой смелой и заботливой.

Прыжки через нарты.

Цель: Учить детей прыгать через препятствие; приземляться на двух ногах; соблюдать технику безопасности при прыжке.

Ход игры: В ряд ставят несколько санок, играющие по очереди прыгают через них.

Правила: Начинают прыгать только по сигналу воспитателя на двух ногах, легко приземляться, не задевая санок.

Борьба на палке

Цель: Развивать силовые качества детей, умение соблюдать правила; соблюдать технику безопасности при выполнении упражнения.

Ход игры: На площадке проводится черта, двое играющих садятся по обе стороны черты, один упирается ступнями ног в ступню другого.

Правила: Начинать перетягивать палку по сигналу, не менять положения ног.

Рыбаки и рыбки

Цель: Учить детей самостоятельно становиться в круг, слушать сигнал воспитателя, выполнять правила игры.

Ход игры: На полу лежит шнур в форме круга — это сеть. В центре круга стоят трое детей — рыбаков, остальные игроки — рыбки. Дети-рыбки бегают по всей площадке и забегают в круг. Дети-рыбаки ловят их.

Правила игры. Ловить детей-рыбок можно только в кругу. Рыбки должны забегать в круг (сеть) и выбегать из него, чтобы рыбаки их не поймали. Кто поймает больше рыбок, тот лучший рыбак.

Олени и пастухи

Цель: упражнять детей в беге с увертыванием.

Все игроки — олени, на головах у них атрибуты, имитирующие олени рога. Двое ведущих — пастухи — стоят на противоположных сторонах площадки, в руках у них *маут* (картонное кольцо или длинная веревка с петлей). Игроки-олени бегают по кругу гурьбой, а пастухи стараются накинуть им на рога маут. Рога могут имитировать и веточки, которые дети держат в руках.

Правила игры. Бегать надо легко, увертываясь от маута. Набрасывать маут можно только на рога. Каждый пастух сам выбирает момент для набрасывания маута.

Ловля оленей

Цель: Развивать быстроту и ловкость движений; координацию коллективных действий.

Играющие делятся на две группы. Одни — олени, другие — пастухи. Пастухи берутся за руки и стоят полукругом лицом к оленям. Олени бегают по очерченной площадке. По сигналу «Лови!» пастухи стараются поймать оленей и замкнуть круг.

Правила игры. Ловить оленей можно только по сигналу. Круг замыкают тогда, когда поймано большее число игроков. Олени стараются не попадать в круг, но они уже не имеют права вырываться из круга, если он замкнут.

Куропатки и охотники

Цель: Продолжать учить детей ориентироваться в пространстве. Развивать ловкость, быстроту, координацию.

Все играющие — куропатки, трое из них — охотники. Куропатки бегают по полю. Охотники сидят за кустами. На сигнал «Охотники!» все куропатки прячутся за кустами, а охотники их ловят (бросают мяч в ноги). На сигнал «Охотники ушли!» игра продолжается: куропатки опять летают.

Правила игры. Убегать и стрелять можно только по сигналу. Стрелять следует только в ноги убегающих.

Льдинки, ветер и мороз

Цель: Развивать быстроту реакции. Координацию коллективных действий.

Играющие встают парами лицом друг к другу и хлопают в ладоши, приговаривая:

Холодные льдинки,

Прозрачные льдинки,

Сверкают, звенят

Дзинь, дзинь...

Делают хлопок на каждое слово: сначала в свои ладоши, затем в ладоши с товарищем. Хлопают в ладоши и говорят *дзинь, дзинь* до тех пор, пока не услышат сигнал «Ветер!». Дети-льдинки разбегаются в разные стороны и договариваются, кто с кем будет строить круг — большую льдинку. На сигнал «Мороз!» все выстраиваются в круг и берутся за руки.

Правила игры. Выигрывают те дети, у которых в кругу оказалось большее число игроков. Договариваться надо тихо о том, кто с кем будет строить большую льдинку. Договорившиеся берутся за руки. Менять движения

можно только по сигналу «Ветер!» или «Мороз!». В игру желательно включать разные движения: поскоки, легкий или быстрый бег, боковой галоп и т. д.

Ручейки и озера

Цель: Упражнять детей в беге в колоннах в разных направлениях. Развивать зрительное и слуховое внимание.

Игроки стоят в пяти—семи колоннах с одинаковым количеством играющих в разных частях зала — это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом и в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги — озера. Выигрывают те дети, которые быстрее построят круг.

Правила игры. Бегать надо друг за другом, не выходя из своей колонны. Строиться и круг можно только по сигналу.

Смелые ребята

Цель: Развивать координацию коллективных действий. Учиться ориентироваться в пространстве. Упражнять в беге с увертыванием.

Дети встают в две-три шеренги в зависимости от площади комнаты. Выбирают двух-трех ведущих. Каждый ведущий по очереди спрашивает у детей: например, первый у первой шеренги и т. д. (Дети отвечают.)

- *Вы смелые ребята?*

- *Смелые!*

- *Я посмотрю, какие вы смелые* (лукаво, с юмором). *Раз, два, три* (пауза).

Кто смелый?

- *Я! Я!..*

- *Бегите!*

Первая шеренга бежит на противоположную сторону до шнура, а ведущий ловит убегающих. Так повторяется игра и со следующей группой детей.

Правила игры. Бежать следует только после слова «Бегите!», увертываясь от ведущего. Ловить за шнуром нельзя.

Нарты-сани

Цель: Упражнять детей в беге и прыжках. Приучать детей быть внимательными, не толкать товарищей.

Двое игроков бегут и прыгают через нарты, поставленные друг от друга на расстоянии 1 м. Нарты-сани имеют длину 1 м, ширину 30—40 см, высоту 20 см. Сделать их можно из картона. Выигрывает тот, кто быстрее прибежит и не заденет нарты. Правила игры. Бежать надо от черты до черты по сигналу «Беги!». Сначала ставят двое нарт (саней), затем можно добавить еще двое.

Отбивка оленей

Цель: Развивать быстроту и ловкость движений.

Группа играющих находится внутри очерченного круга. Выбираются три пастуха, они за кругом — это олени. По сигналу «Раз, два, три — отбивку начни!» пастухи по очереди бросают мяч в оленей. Олень, в которого попал мяч, считается пойманным, отбитым от стада. Каждый пастух отбивает пять-шесть раз. После чего он подсчитывает отбитых оленей.

Правила игры. Бросать мяч можно только в ноги и только по сигналу. Стрелять надо с места в подвижную цель.

Полярная сова и евражки

Цель: Развивать зрительное и слуховое внимание. Продолжать учить детей слушать сигнал воспитателя, выполнять правила игры.

Полярная сова находится в углу площадки или комнаты. Остальные играющие — евражки.

Под тихие ритмичные удары небольшого бубна евражки бегают на площадке, на громкий удар бубна евражки становятся столбиком, не шевелятся. Полярная сова облетает евражек и того, кто пошевелится или стоит не столбиком, уводит с собой. В заключение игры (после трех-четырех повторений) отмечают тех игроков, кто отличился большей выдержкой.

Правила игры. Громкие удары не должны звучать длительное время. Дети должны быстро реагировать на смену ударов.

Олени упряжки

Цель: Упражнять детей в беге парами, в рассыпную. Продолжать учить детей слушать сигнал воспитателя, выполнять правила игры.

Играющие стоят вдоль стены комнаты или вдоль одной из сторон площадки по двое (один изображает запряженного оленя, другой — каюра). По сигналу упряжки бегут друг за другом, преодолевая препятствия: объезжают сугробы, перепрыгивают через бревно, переходят ручей по мостику. Доехав до стойбища (до противоположной стороны комнаты или площадки), каюры отпускают своих оленей погулять. По сигналу «Олени далеко, ловите своих оленей!» каждый игрок-каюр ловит свою пару.

Правила игры. Преодолевая препятствия, каюр не должен терять свою упряжку. Олень считается пойманным, если каюр его осалил.

Вариант. Две-три упряжки оленей стоят вдоль линии. На противоположном конце площадки флажки. По сигналу (хлопок, удар в бубен) упряжки оленей бегут к флажку. Чья упряжка первой добежит до флажка, та и побеждает. Аналогично можно провести игру «Собачьи упряжки». Этот вид характерен для береговых чукчей.

Важенка и олени

Цель: Формировать имитационные способности. Развивать быстроту реакции.

На площадке нарисовано несколько кругов. В каждом из них находятся важенка и двое оленей. Волк сидит за сопкой (на другом конце площадки).

На слова ведущего:
*Бродит в тундре важенка,
С нею — оленята,
Объясняет каждому
Все, что непонятно...
Топают по лужам
Оленята малые.
Терпеливо слушая
Наставления мамыны —*

играющие оленята свободно бегают по тундре, наклоняются, едят траву, пьют воду. На слова «Волк идет!» оленята и важенки убегают в свои домики (круги). Пойманного олененка волк уводит с собой.

Правила игры. Движения выполнять в соответствии с текстом. Волк начинает ловить только по сигналу и только вне домика.

На новое стойбище

Цель: Упражнять детей в беге парами, врассыпную. Продолжать учить детей слушать сигнал воспитателя, выполнять правила игры.

Играющие становятся парами. В паре один — олень, другой — каюр. Упряжки стоят одна за другой. Ведущий говорит: «Оленеводы переезжают на новые стойбища». После этих слов все бегут по краю площадки, при этом каюры, подгоняя оленей, издают характерный для оленеводов - тундровиков звук *кхх-кхх*. Останавливаются по сигналу ведущего. Во время движения упряжки делают привал. Каюры отпускают оленей, которые бегут врассыпную. По сигналу «Упряжки!» все должны построиться в прежней последовательности.

Правила игры. Начинать движения надо в соответствии с сигналом. Санный поезд должен двигаться упорядоченно (упряжкам нельзя обгонять друг друга). Очередность сохраняется и после привала.

Перетягивание каната

Цель: Развивать координацию коллективных действий. Воспитывать выносливость.

На площадке проводится черта. Играющие делятся на две команды и встают по обе стороны черты, держа в руках канат. По сигналу водящего «Раз, два, три — начни!» каждая команда старается перетянуть соперника на свою сторону. Чья команда сумеет это сделать, та считается победительницей, ей вручают сувениры, как на празднике оленеводов.

Правила игры. Начинать перетягивание каната можно только по сигналу. Команда, перешагнувшая черту, считается побежденной.

Волк и олени

Цель: Формировать имитационные способности. Развивать быстроту реакции.

Из числа играющих выбирается волк, остальные — олени. На одном конце площадки очерчивается место для волка. Олени пасутся на противоположном конце площадки. По сигналу «Волк!» волк просыпается, выходит из логова, сначала широким шагом обходит стадо, затем постепенно круг обхода сужает. По сигналу (рычание волка) олени разбегаются в разные стороны, а волк старается их поймать (коснуться). Пойманного волк отводит к себе.

Правила игры. Выбегать из круга можно только по сигналу. Тот, кого поймают, должен идти за волком.

Солнце

Цель: Формировать имитационные способности. Развивать быстроту, ловкость движений.

Играющие становятся в круг. Выбирают солнце. Солнце ходит по кругу и, указывая на каждого по очереди, считает: *Нянь-нянь (хлеб), кежи-кежи (нож).*

Те, которых водящий-солнце назвал *кежи*, выходят из круга, встают парами и берутся за руки, другие — *нянь-нянь* — берутся за руки и остаются на месте, тоже в парах. Образуются две группы пар: *нянь-нянь* и *кежи-кежи*. Пары каждой группы придумывают разные фигуры.

Правила игры. Выигрывают те пары, которые придумали наиболее интересные фигуры.

Рыбаки

Цель: Формировать имитационные способности. Развивать быстроту, ловкость движений.

Играющие становятся в круг. Они рыбаки. Водящий показывает им движения рыбаков: тянут сети, вынимают рыбу, чинят сети, гребут веслами.

Правила игры. Кто из играющих повторит движения неправильно, тот выходит из игры.

Охота на волка

Цель: Учить детей бросать мяч в движущуюся цель. Развивать меткость, ловкость.

Охотник встает в 4—5 м от волка (фигуры, вырезанной из фанеры или картона). Он должен попасть мячом в бегущего волка. Двое играющих держат фигуру за веревочки и передвигают ее то влево, то вправо.

Правила игры. Кидать мяч в волка следует с заданного расстояния.

Ловкий оленевод

Цель: Учить детей бросать мяч в вертикальную цель. Развивать меткость, ловкость.

В стороне на площадке ставится фигура оленя. Оленеводы располагаются шеренгой лицом к оленю на расстоянии 3—4 м от него. Поочередно они бросают в оленя мячом, стараясь попасть в него. За каждый удачный выстрел

оленеvod получает флажок. Выигравшим считается тот, кто большее число раз попадет в оленя.

Правила игры. Бросать мяч можно только с условного расстояния.

Борьба на палке

Цель: Учить детей перетягивать палку двумя руками. Развивать выносливость, выдержку.

Чертится линия. Двое играющих садятся по обе стороны черты лицом друг к другу. Держась за палку двумя руками и упираясь ступнями ног о ступни другого, начинают перетягивать друг друга. Выигрывает тот, кто перетянет соперника за черту.

Правила игры. Начинать перетягивать палку следует одновременно по сигналу. Во время перетягивания палки нельзя менять положения ступней ног.

Успей поймать!

Цель: Упражнять детей в бросании и ловле мяча. Развивать ловкость, быстроту и ловкость движений.

На игровой площадке находятся две равные группы участников: девочки и мальчики. Ведущий подбрасывает мяч вверх. Если мяч поймают девочки, то они начинают перебрасывать мяч друг другу так, чтобы мячом не завладели мальчики, и, наоборот, если мяч окажется у мальчиков, они стараются не дать его девочкам. Выигрывает та команда, которая сможет дольше удержать мяч.

Правила игры. Передавая мяч, нельзя касаться руками игрока и долго задерживать мяч в руках.

Солнце (Хейро)

Цель: Упражнять детей в беге с увертыванием. Развивать ловкость и координацию движений.

Играющие становятся вокруг, берутся за руки, идут по кругу приставным шагом, руками делают равномерные взмахи вперёд – назад и на каждый шаг говорят *хейро*. Ведущий – солнце сидит на корточках в середине круга. Игроки разбегаются, когда солнце встаёт и выпрямляется (вытягивают руки в стороны)

Правила игры. Все игроки должны увертываться от солнца при его поворотах. На сигнал «Раз, два, три – в круг скорей беги!» те, кого ведущий не задел, возвращаются в круг.

Каюр и собаки.

Цель: Упражнять детей в беге тройками. Развивать ориентировку в пространстве.

На противоположных краях площадки кладут параллельно два шнура. Игроки встают около них по три человека и берутся за руки. Двое из них – собаки, третий – каюр. Каюр берёт за руки стоящих впереди собак. Дети

тройками по сигналу «Поехали!» бегут навстречу друг другу от одного края шнура до другого.

Правила игры: Бежать можно только по сигналу. Выигрывает только та тройка, которая быстрее добежит до шнура. Можно предложить играющим преодолеть разные препятствия