ЮжноУральский Профессиональный институт

Реферат по физической культуре за 3 семестр

*Подвижные игры.*

Выполнила: Каримова Оля

студент 2 курса Д-1-07

Факультет дизайна и рекламы

Кафедра: дизайн среды

Проверил: Туманов В. А.

Челябинск

2009

Введение.

Существует огромное количество игр, но подвижные игры могут заинтересовать не только детей, но и взрослых. В этом реферате я поясню разнообразие игр, выбор велик. Рассмотрим каждую игру в отдельности, также выясним, чем отличается спортивная игра от подвижной. Что это такое? Классификация подвижных игр: игры-сцеплялки, игры на реакцию, игры-перетягивания, догонялки, поисковые игры, спортивные игры, игры с мячом, игры на меткость, игры на воде, прыгательные игры.

Определение.

Подвижные игры (ПИ) это игры направленные на общефизическое развитие детей и подростков.

Детство немыслимо без игры. Подвижная игра – способ трансформации детской энергии в навыки, которые пригодятся ему во взрослой жизни.

Сложные и разнообразные движения игровой деятельности вовлекают в работу все мышечные группы, способствуя развитию опорно-двигательного аппарата, нормальному росту, укреплению различных функций и систем организма и формированию здоровой осанки.

Индивидуальные ПИ вырабатывают у детей также бойцовский характер, упорство, здоровое желание быть лучше других, развивают лидерские качества. Групповые учат сплоченности, товариществу, взаимовыручке. Так как для большинства ПИ необходимо достаточно большое количество играющих, то игровой процесс, кроме следования правилам игры как таковой, включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем.

Кроме того, что ПИ оказывают всесторонне развивающее воздействие на организм, они еще и очень увлекательны и разнообразны по содержанию. Если надоедает одна игра, всегда на выбор есть еще множество других.

Что это такое?

Нередко взрослые люди недоумевают: откуда у детей столько энергии и жажды деятельности? Как они могут бегать и скакать дни напролет?

Все закономерно. Самой Природой заложено в детей такое поведение. Ребенок познает мир, развивается, организм растет, укрепляются мышцы, нарабатываются двигательные навыки и рефлексы. Достичь этого сидя на одном месте невозможно. Потому сами дети выбрали для себя наиболее физиологичный способ достижения этой цели - подвижные игры.

Присмотритесь, редко можно застать детей спокойно сидящими на лавочках с книжками – они предпочитают бегать, прыгать, шумно играть. Сознание ребенка нацелено на движение. Но просто бегать и прыгать, естественно скучно, потому вокруг них сформировались определенные правила, и просто двигательная активность переросла в игру.

У разных народов мира есть свои уникальные игры, не похожие на игры остальных народов, но есть и универсальные игры, хорошо известные детям всего мира.

Дети, чаще всего сами являются авторами игр. Буквально все - исторические факторы, география региона, особенности национальной культуры и быта, религия, общественные отношения и пр. может стать темой и сюжетом для игры.

Движение это жизнь. А для детей это еще и основа будущего здоровья.

Игра для взрослых и игра для детей совершенно разные вещи. И если для взрослых это чаще всего хобби или развлечение и отдых после работы, то для ребенка игра намного более важна.

В младшем возрасте это практически единственно занятие, доступное ребенку. Играя с малышом, взрослые "рассказывают" ему о мире. К примеру: "Дай мне красный шар, - просят ребенка. И тот должен среди игрушек выбрать именно шар, и именно красный, показывая взрослому, что он уже что-то умеет и чего-то достиг. Взрослея информации становиться больше, она усложняется, и вместе с ней усложняются игры. Бег, лазание, катание с горок, прыжки и прочее – характерный набор "уличных" игр для детского сада. По мере взросления ребенка к просто бегу или просто прыжкам добавляются правила и сам процесс становиться более осмысленным. Появляются ограничения, условия, делающие занятия более интересными и захватывающими. В подростковом возрасте на первый план выходит соперничество: кто дальше, кто больше, кто сильнее, быстрее и т.д. Так же появляется стимул и простор для творчества – не всегда для любимых игр можно найти инвентарь в магазине, а иногда такового и нет вовсе в продаже, и он делается своими руками. Говоря о подвижных играх, мы будем рассматривать игры для категории от 7-8 лет и выше. То есть, по существу о подростковых. В таких играх правила обычно уже четко развиты, а сами играющие достаточно сознательны для их соблюдения. Для тех читателей, кого интересуют игры для детей дошкольного возраста, в конце статьи мы приведем все необходимые ссылки.

Игры различных народов несут в себе черты национальной культуры и традиций. И некоторые составляющие жизни взрослой (такие, как охота, животноводство и пр.) нашли свое отражение в их правилах. В статье приведены правила игр различных регионов и областей, ранее входивших в состав СССР и других народов мира.

Несмотря на то, что инвентарь для ряда нижеописанных игр географически уникален, при желании дети других регионов сами смогут заменить подручными аналогами. Например, оленьи рога в игре "Охота на оленей" несложно сделать из веток и т.д.

Практически все взрослые люди играли в те или иные игры, правила которых приведены ниже. Но память хранит общие черты, сам факт присутствия тои или иной игры в детстве. И, читая эту статью Вы, возможно, будете поражены, тому как много можно незаметно забыть.

**Классификация подвижных игр.**

Существует несколько классификаций подвижных игр. Традиционно игры различают по наличию/отсутствию инвентаря, по количеству участников, по степени интенсивности и специфики физической подготовки, наличию/отсутствию ведущего, месту проведения (двор, комната, водоем), по элементам разметки пространства, по системе подсчета очков, по игровым прелюдиям и наказанию, по общему сюжету и т.д. В данной статье мы разобьем сходные по каким-либо признакам игры на следующие основные категории.

Игры-сцеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса.

Игры на реакцию.

Игры-перетягивания. Силовые игры, общей целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом.

Догонялки. Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков и игры эстафеты.

Поисковые игры. Игры, игровой процесс которых построен на поиске участников или предметов.

Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: футбола, хоккея и т.д.

Игры с мячом. Мяч – атрибут множества игр. Наиболее яркие их представители выделены в статье в отдельную группу.

Игры на меткость. Различные варианты "войнушки" и стрельбы по мишеням.

Игры на воде.

Прыгательные игры. Игры со скакалкой, резинкой и т.д.

Дополнительное описание (требуемый инвентарь, место проведения, что развивает и т.д.) прилагается непосредственно к правилам каждой конкретной игры.

Правила некоторых игр будут даны в статье с пометкой "авторская". Возможно, в такие игры играл и еще кто-то, но наша дворовая компания считала их "эксклюзивными", придуманными самостоятельно.

Деление условно, так как некоторые игры подходят более чем к одной категории.

**Ритуалы, сопровождающие игру**

К предыгровым ритуалам относятся жеребьевка, для распределения участников по командам и считалки, для выбора водящего. Подробнее эти процессы описаны на нашем сайте в статье: Славянские народные игры для детей

Кроме этого, по уговору после игры победители могут получать какую-либо награду, или побежденные отбыть определенное наказание.

Например, проигравшая команда катает на своих спинах победителей. Или проигравший становится водящим и т.д.

Внешний вид городов изменился с эпохи средневековья. Но, присмотритесь, изменились ли с той поры сами дети? Несложно даже определить в какие именно игры они играют.

В эту категорию попадают игры, требующие от игроков определенной физической силы, ловкости, быстроты и прочих физических навыков, а так же их развивающие. Отмечу, что если игра попадает, например, в категорию игр на силу, то это не значит, что в нее не могут играть физически слабые игроки, а только то, что сильные будут иметь перед ними определенные преимущества.

**Игры-сцеплялки**

*Сороконожка*

Инвентарь: нет

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6-8.

Вид: общегрупповая, командная.

Развивает: координацию, чувство партнера.

В игру можно играть как просто ради забавы, так и несколькими командами. В первом варианте игроки плотно располагаются по кругу, в затылок друг-другу. По команде "Раз, два, три!" каждый медленно опускается на колени стоящему позади игроку. После чего "сороконожка" начинает свое движение.

Сложность в игре состоит в том, что без достаточной координированности и слаженности шаг сделать практически невозможно, так как "сороконожка" перемещается только при синхронном движении всех игроков. Если кто-то выбивается из ритма или путает ноги, то "сороконожка" стремиться рассыпаться и удержать ее от разрывов очень непросто.

В командном варианте игры "сороконожка" не замыкается и каждой из команд надо достичь определенного места раньше другой.

Гималаи. 1938 год. Узнаете игру? В знакомые всем "классики" играют по всему миру с незапамятных времен.

*Дракон, кусающий свой хвост*

Инвентарь: нет

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 9-10.

Вид: общегрупповая, с водящим.

Развивает: координацию, ловкость.

Старинная китайская игра.

Играющие выстраиваются друг за другом. Правую руку кладут на правое плечо стоящего впереди. Первый игрок - голова дракона, последний его хвост.

Цель головы – поймать хвост. Тело дракона (остальные игроки) находится в постоянном движении и послушно следует за го-лозой. Цепочка игроков не должна разрываться. Тот, по чьей вине произошел разрыв, становится головой. Тело дракона подыгрывает хвосту, не давая голове его ухватить. Когда голова ловит хвост, последний в колонне игрок идет вперед, становится головой, а новым хвостом — игрок, бывший предпоследним.

*Слон*

Инвентарь: нет

Место проведения: открытая площадка, двор, школьный коридор

Минимальное количество игроков: 10

Вид: командная.

Развивает: ловкость, координацию, силу

Игроки делятся на две команды. Первая команда выстраивается в "слона": игроки нагибаются, и каждый последующий обхватывает предыдущего так, что его голова находится в районе талии - подмышки стоящего впереди.

Как только "слон" построен, играющие из второй команды поочередно запрыгивают на его спину, стараясь на ней удержаться. Прыгают так же, как через "козла" на уроке физкультуры. Первый прыгающий должен стараться приземлиться как можно ближе к голове слона, что бы осталось место для других. Не сумевший удержаться в этом кону больше не прыгает.

Обычно после того, как все игроки второй команды отпрыгались, в задачу слона входит пройти определенное расстояние с наездниками на спине. Для игроков, составляющих "слона" цель игры состоит в том, что бы не упасть, для игроков второй команды – причинить "слону" максимальные неудобства и, в идеале, завалить его. Потом команды меняются ролями.

Убедившись в отсутствии перспективы завалить «слона» честно, очередной игрок второй команды с разбега отвешивал хорошего пинка по заднице «слона», отчего «слон» приходил в расстройство и превращался в

**Игры на реакцию**

*Шарик в ладони*

Инвентарь: Небольшой шарик или гладкий камушек

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6-8.

Вид: с водящим.

Развивает: реакцию, наблюдательность.

Народная игра Бирмы

Играющие выстраиваются в ряд, держа свои руки с раскрытыми ладонями за спиной. Водящий ходит за их спинами и, наконец, опускает шарик в чьи-либо ладони. Этот игрок должен неожиданно покинуть шеренгу, а его соседи – попытаться его схватить, не сходя при этом с места. Если им это удается, то схваченный меняется местами с ведущим. Если нет, то игрок возвращается на место, и игра продолжается.

Ни цвет кожи, ни то, в какой стране живут дети, не влияет на суть игрового процесса – познание, освоение, соперничество, совершенствование.

*Колечко*

Инвентарь: колечко или небольшой подобный предмет, легко прячущийся между ладоней.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 7-8..

Вид: с водящим.

Развивает: реакцию, наблюдательность.

Русская народная игра.

Игроки выстраиваются в нескольких шагах перед какой-нибудь стеной, а напротив них встает ведущий. Игроки держат сложенные "лодочкой" ладони перед собой. Ведущий так же складывает ладони "лодочкой" и прячет между ними колечко.

По очереди подходя к каждому игроку, ведущий проводит, свей "лодочкой" над "лодочкой" игрока, делая вид, что именно ему он передает кольцо.

После того, как обход всех игроков закончен (одному из них кольцо обязательно передается), ведущий говорит: "Колечко-колечко, выйди на крылечко!".

Тот игрок, у кого находится кольцо, должен выбежать, чтобы его не схватили, и коснуться рукой стенки. Если ему это удается, то он меняется ролями с ведущим.

*Съедобное-несъедобное*

Инвентарь: мяч.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6-8.

Вид: с водящим.

Развивает: реакцию.

Игроки выстраиваются в ряд перед ведущим. Ведущий кидает мяч каждому игроку по очереди, произнося при этом какое-либо слово. Если слово оказывается "съедобным" ("конфета", "молоко" и т.д.), то игрок должен ловить мяч, а если "несъедобным" ("горшок", "кирпич" и т.д.), то оттолкнуть его. Тот, кто ошибется (например, поймал "ботинок" или оттолкнул "арбуз") – меняется местами с водящим.Игра вызывает дружный смех, если незадачливый игрок ловит совсем неподходящий для еды предмет, например "трусы" или "соплю". А в некоторых случаях, раздосадованные неудачники стараются доказать, что можно и кошку съесть и поганку, хотя последнюю только один раз.

*Поймай мешок*

Инвентарь: мешочек с песком, вес которого подбирается в зависимости от возраста игроков.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6-8.

Вид: общегрупповая.

Развивает: координацию, силу, реакцию.

Игра индейцев Аляски.

Игроки встают в круг и перебрасываются мешочком с песком. Не поймавший его выбывает из игры и покидает круг. Победителем считается последний оставшийся в кругу игрок.

**Игры-перетягивания**

*Молотилка*

Инвентарь: нет.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 7-8.

Вид: командная.

Развивает: силу, взаимовыручку.

*Йеменская игра*

Все игроки, кроме одного – водящего, встают в тесный круг. Водящий остается за его пределами. Его задача – выдернуть кого-то из игроков из круга. Если ему это удается, то водящий меняется местами с этим игроком. Для усложнения задачи водящего игроки перемещаются по кругу.

*Табун*

Инвентарь: нет.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 10-12.

Вид: с водящим.

Развивает: чувство команды, ловкость, быстроту.

*Бурятская народная игра.*

Из участников выбираются 2-3 волка, один жеребец и несколько жеребят. Остальные игроки, взявшись за руки, образуют круг – загон. В середине круга находятся жеребята. Они издают звуки, имитирующие конское ржание. Вокруг загона ходит жеребец, охраняющий табун от нашествия волков. Волки пытаются разорвать круг и похитить жеребят. Если жеребец осалит неосторожного волка, то тот считается убитым. Игра продолжается до тех пор, пока жеребец не перебьет всех волков или волки не утащат в свое логово всех жеребят.

*Буйволы в загоне*

Инвентарь: нет.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 10.

Вид: командная.

Развивает: силу.

*Суданская игра*

Из числа играющих выбираются 2 человека. Они - буйволы. Остальные игроки встают в круг и берутся за руки, образуя загон. Задача буйволов - вырваться из круга, с разбегу разорвав цепь. Если это им удаётся, буйволами становятся игроки, не сумевшие их удержать.

*Потяг*

Инвентарь: разделительная линия.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 10.

Вид: командная.

Развивает: силу.

*Белорусская игра.*

Участники разделяются на две равные команды. Игроки каждой группы образуют цепи при помощи согнутых в локтях рук.

Наиболее сильные игроки - "заводные", становятся во главе цепей. Став друг против друга, "заводные" также берут друг друга за согнутые в локтях руки и по сигналу тянут каждый в свою сторону, стараясь или разорвать цепь противника, или перетянуть её за намеченную линию.

*Тяни за голову*

Инвентарь: длинный шарф, завязанный в кольцо.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 2.

Вид: индивидуальная.

Развивает: силу.

*Канадская игра.*

Играющие встают на четвереньки (лицом друг к другу), накинув на головы шарф, и начинают пятиться, стараясь перетянуть противника. Проигрывает тот, кого перетянули или у кого шарф свалился с головы.

*Луна или солнце*

Инвентарь: разделительная линия.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 10-12.

Вид: командная.

Развивает: силу.

*Чувашская игра.*

Из числа играющих выбираются два игрока, которые становятся капитанами. Один капитан – "луна", другой – "солнце". К ним по одному подходят остальные игроки и тихо, чтобы не слышали другие, говорят, что он выбирает каждый из них: луну или солнце. После этого игрок присоединяется к соответствующей команде.

После раздела команды выстраиваются в колонны, за своими капитанами обхватив стоящего впереди за талию, после чего стараются перетянуть другую команду за проведенную между ними черту. Команда, которой это удалось, считается победившей перетягивании.

Перемена для того и сделана, чтобы можно было отдохнуть от долгого сидения. Школьные дворы всегда шумны и полны ребят.

*Царь горы*

Инвентарь: нет.

Место проведения: снежная (песчаная и т.д.) горка.

Минимальное количество игроков: 4.

Вид: с водящим.

Развивает: ловкость, координацию, силу.

*Русская народная игра*

Правила игры предельно просты. Каждый игрок старается первым взобраться на вершину горы и стать ее царем, а тот, кому это удается, должен пытаться удержаться в этой роли как можно дольше, отпихивая и сталкивая вниз конкурентов. Сами конкуренты часто облегчают задачу царю, схватываясь между собой. Игра сразу же превращается в шумную азартную свалку и обычно ведется до тех пор, пока у игроков не иссякнут силы.

*Догонялки*

Огромное количество детских подвижных игр заключается в том, что участники должны не дать себя поймать водящему игроку. Это и "колдунчики" и "салочки" и "горелки" и "крысы" и т.д. и т.п. Эти игры существуют уже множество лет и в них (с различными вариациями) играют дети всего мира.

Отметим характерные черты, присущие многим догонялкам.

В игру может входить понятие "домик" – обозначенное особое место, где убегающий может укрыться от преследования. Часто после поимки игрок не выключается из игрового процесса, а остается в нем в иной роли. Например, он может ожидать, что ему помогут ("расколдуют") его товарищи, либо он присоединяется к водящему игроку в качестве помощника или даже становится еще одним водящим. В тех же случаях, когда подобное не предусмотрено правилами, обычно происходит смена игровых ролей. То есть пойманный игрок становится водящим, а прежний водящий присоединяется к убегающим игрокам.

**Вот несколько разновидностей догонялок:**

*Бульдог*

Инвентарь: разделительные линии.

Место проведения: большая открытая площадка с земляным или травяным покрытием.

Минимальное количество игроков: 5-7.

Вид: с водящим.

Развивает: силу, быстроту, ловкость.

*Английская игра.*

Достаточно жесткая игра, отдаленно механикой игрового процесса напоминающая регби.

Цель игроков добежать от одного края площадки до другого. Цель водящего осалить бегущего, раньше, чем тот достигнет противоположного края. Главное отличие от остальных подобных игр в том, что осаливание игрока производится не касанием руки, а повисанием на нем и попыткой свалить с ног. Также как в регби атакуют игрока, владеющего мячом.

*Английские салки*

Инвентарь: разметка.

Место проведения: открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 8-10.

Вид: с водящим.

Развивает: быстроту.

Английская народная игра.

Широкую площадку делят на три полосы, средняя из которых ад. В аду, взявшись за руки, стоят двое водящих. Они черти. Остальные игроки (также парами) располагаются на двух крайних полях и через ад стараются перебежать из одного поля в другое. Черти стараются их поймать, и, если это удается, схваченные также становятся чертями, то есть водящими. Последняя, не попавшая в ад пара выигрывает.

*Телохранители*

Инвентарь: нет.

Место проведения: открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 10.

Вид: с водящим.

Развивает: быстроту.

Обратный вариант предыдущей игры. Выбирают одного водящего - черта, и остальные игроки его преследуют. У дьявола имеются три телохранителя, они стараются защитить черта и осалить игрока, его преследующего. Если им это удается, тогда осаленный обязан бежать за телохранителем.

*Обезьяньи салки*

Инвентарь: нет.

Место проведения: открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 5-7.

Вид: с водящим.

Развивает: быстроту, реакцию, наблюдательность, артистизм.

Водящий по-обезьяньи подражает тому, кого он в данный момент преследует. Если преследуемый неожиданно поскачет на одной ноге, или присядет на корточки, или пустится в пляс, водящий обязан точно повторить его движения. В остальном правили, аналогичны традиционным салкам.

*Салки на санках*

Инвентарь: санки, одни на пару.

Место проведения: открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6-8.

Вид: с водящим.

Игра народов Карелии.

Развивает: быстроту, силу.

В игре принимают участие несколько пар. Один из каждой пары сидит на санках, другой его везет. Одна пара выбирается водящей. Водящие стремятся догнать любую другую пару и осалить одного из них. Это может сделать только игрок, сидящий на санках. Осаленная пара становиться водящей и игра продолжается.

Не всегда зима нас балует обилием снега. Но если он выпадает, для детворы настает веселая пора катания на санках.

*Статуя*

Инвентарь: нет.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6.

Вид: с водящим.

Развивает: быстроту, взаимовыручку.

Армянская народная игра. На земле очерчивается достаточно большая площадка, а сами участники делятся на ловцов и убегающих. На каждые 5 игроков назначают одного ловца. Ловцы выходят за пределы поля, а убегающие свободно располагаются на площадке. По сигналу ловцы преследуют остальных игроков, стремясь одного из них осалить. Осаленный должен сразу же замереть на месте, в том положении, в котором его осалили, становясь "статуей". Осаленного, может попытаться "освободить" касанием любой игрок. Убегающим запрещено покидать пределы поля. Игра ведется до тех пор, пока все убегающие не будут осалены. После чего выбирают других ловцов, и продолжают игру.

*Лева и коза*

Инвентарь: нет.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 10.

*Афганская народная игра.*

Вид: с водящим.

Развивает: ловкость, быстроту, взаимовыручку.

Все игроки, кроме двух, встают, взявшись за руки в круг. Один из оставшихся лев, другой – коза, причем лев находится вне круга, а коза в самом круге. Задача льва поймать козу, при этом играющие пытаются всячески помешать льву проникнуть в круг, давая в свою очередь козе свободный проход.

Когда льву удается поймать козу, то они меняются местами, либо на их роли выбирается другая пара играющих.

В России аналогичная игра называется "Кот и мыши".

*12 палочек*

Инвентарь: 12 недлинных палочек (размером с авторучку), и дощечка-качели, для их подбрасывания

Место проведения: открытая площадка, двор

Минимальное количество игроков: 4

Вид: с водящим

Развивает: быстроту, ловкость

Дощечку кладут на небольшое бревнышко, чтобы получилось подобие качелей. Все играющие собираются около этих качелей. На нижний конец кладут 12 палочек, а по верхнему один из играющих ударяет так, чтобы все палочки разлетелись.

Водящий собирает палочки, а играющие в это время убегают и прячутся. Когда палочки собраны и уложены на дощечку, водящий отправляется искать спрятавшихся. Найденный игрок выбывает из игры. Водящий подбирает и укладывает палочки обратно на качели строго по одной.

Любой из спрятавшихся игроков может незаметно для водящего подкрасться к качелям и вновь разбить палочки. При этом, ударяя по дощечке, он должен выкрикнуть имя водящего. Водящий вновь собирает палочки, а все играющие снова прячутся.

Игра заканчивается, когда все спрятавшиеся игроки найдены и при этом водящий сумел сохранить свои палочки. Последний найденный игрок становится водящим.

*Вытащи платок*

Инвентарь: платки, в количестве по числу играющих, разделительная черта.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 10-12.

Вид: командная.

Развивает: быстроту.

*Азербайджанская народная игра.*

Играющие делятся на две равные команды, и выстраиваются друг против друга на некотором расстоянии, а между ними проводится черта. У каждого игрока сзади за пояс заткнут небольшой платок. По жребию одна из команд становится водящей. Водящая команда стоит на месте. По сигналу игроки второй команды переходят за черту и двигаются вперёд до крика "Огонь!". После этого они бегут обратно, а водящие стремятся их догнать, и вытащить из-за пояса платок. Затем команды меняются ролями.

Захватившая большее число платков команда считается победившей.

*Поезд*

Инвентарь: стулья или круги, начерченные на земле. Количество – на одного меньше числа играющих.

Место проведения: просторная комната, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 7-8.

Вид: с водящим.

Развивает: реакцию, ловкость, скорость.

Аргентинская игра.

Выбирают одного водящего. Он – паровоз. Остальные – вагоны. Каждый игрок-вагон строит себе депо: очерчивает небольшой круг. У паровоза своего депо нет. Он идёт от одного вагона к другому. К кому он подходит, тот следует за ним. Так собираются все вагоны.

Когда все вагоны собраны, паровоз дает сигнал (например, свистит в свисток) и все бегут в круги-депо, паровоз тоже. Игрок, оставшийся без места, становится водящим.

В "домашнем" варианте в качестве депо можно использовать стулья. Кому стульев не хватило, тот и водит.

**Эстафеты**

Эстафета – соревнование двух или более команд в скоростном прохождении определенной дистанции (или задания) с определенными препятствиями или дополнительными условиями.

Начало прошлого века. Чехарда в исполнении гарлемских детей.

*Укуси яблоко*

Инвентарь: бочка с водой, пара крупных яблок..

Место проведения: без ограничений.

Минимальное количество игроков: 4.

Вид: командная.

Развивает: чувство команды.

Игра была популярна в средневековой Голландии. В бочку с водой кидались два одинаковых по размеру крупных яблока, и игроки команд старались откусить от "своего" яблока кусок, не пользуясь при этом руками. Как только игроку это удавалось сделать, то его заменял следующий игрок команды и т.д. Победившей считалась команда, первой съевшая свое яблоко.

*Беги и собирай*

Инвентарь: три флажка, достаточное количество листочков цветной бумаги трех расцветок. Например, красного, белого и синего цвета.

Место проведения: открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 24.

Вид: командная.

Развивает: тактические навыки, ловкость, быстроту, чувство команды.

Состязаются три команды не менее чем по 8-10 человек в каждой. Команды выстраиваются в колонны. Напротив них на расстоянии 50 м воткнуты три флажка. На пути к флажкам разбросаны бумажки разных цветов: белые, красные, синие. По знаку судьи стоящие первыми игроки бегут до флажков, обходят их и возвращаются в конец колонны. Во время бега можно стараться собирать бумажки. Вернувшийся первым получает 10 очков, вторым – 5 очков. Так же считаются собранные каждым бумажки. За каждую синюю начисляют 3 очка. За красную 2 и за белую 1 очко.

Затем бегут игроки под вторым номером, затем под третьим и т.д. В конце игры очки всех игроков команды суммируются, и побеждает команда, набравшая большее их количество.

Информацию о других играх этого класса Вы узнаете, прочитав на нашем сайте статью: Славянские народные игры для детей.

**Поисковые игры**

*Прятки*

Инвентарь: нет

Место проведения: площадка местами для укрытия.

Минимальное количество игроков: 5-7.

Вид: с водящим.

Развивает: быстроту, тактику.

Игра, широко распространенная по всему миру практически в единообразном виде.

Играют в прятки в дворах, со множеством хозяйственных строений (гаражей, сараев), на стройках или в заброшенных либо недостроенных зданиях. В общем, там, где есть укромные места, в которых можно затаиться.

-Раз! Два! Три! Четыре! Пять! Я иду искать! Кто не спрятался, я не виновата!

Водящий становиться лицом к стене и вслух ведет счет до определенного числа. Число выбирают таким, что бы у игроков было достаточно времени, чтобы спрятаться. Перед игрой оговариваются границы территории, которых покидать нельзя.

Пока водящий считает, остальные игроки прячутся. Задача водящего, окончив счет (обычно это делается со словами: « раз-два-три-четыре-пять-я иду искать!") отыскать спрятавшихся. Если он нашел кого-то, то должен вслух выкрикнуть его имя и добежать до места, у которого он вел счет и коснуться его рукой и еще раз произнести имя найденного (например: "тук-тук Витя!"). Иногда водящий ошибался, думая, что нашел одного игрока, а на самом деле в том месте прятался другой. Тогда вступало в силу правило: "обознатушки-перепрятушки" и водящему приходилось проводить счет еще раз.

Обнаруженный игрок в свою очередь может попытаться опередить водящего, что бы коснуться стены первым, сказав при этом "тук-тук за себя!". Если ему это удается, то водящий продолжает поиски остальных и. т.д. Если проворнее оказывается водящий, то найденный игрок занимает его место и игра начинается сначала.

Спрятавшиеся игроки имели право попытаться добежать до стены, даже если водящий их еще не нашел. Обычно игрок выбегал из своего укрытия, когда поиски уводили водящего в другую сторону.

Иногда водящему надо было отыскать всех игроков и тот из них, кого "застукали" первым (или последним), сам становился водящим в следующем кону.

Обычно, места, где можно надежно укрыться, хорошо известны всем игрокам, и самые "козырные" из них достаются наиболее проворным. Однако и водящий прекрасно знает, где обычно прячутся игроки, и первым делом осматривает их, что стимулирует игроков искать все новые и новые потайные места.

*Жмурки*

Инвентарь: повязка на глаза из плотной материи, колокольчики по числу игроков.

Место проведения: просторная комната, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 5-7.

Вид: с водящим.

Развивает: координацию, ориентацию в пространстве (у водящего).

Еще одна классика дворовых игр. Одному игроку завязываются глаза, и в таком виде он пытается поймать остальных играющих. Обычно игра проходит на строго определенной территории, покидать пределы которой запрещено. Если территория достаточно велика, то играющие время от времени должны издавать какие-либо звуки (например, хлопать в ладоши или звонить в колокольчик), что бы водящий смог с ориентироваться. Игроки могут пытаться запутать водящего, подавая сигналы сразу с нескольких сторон. Игрок, которого водящий коснулся, меняется с ним местами.

Если место не позволяет играть по приведенным правилам, то можно играть в комнатный вариант, в Америке называющийся "Кто отсутствует?". Все игроки закрывают глаза, кроме водящего и хаотически меняются местами. Водящий выбирает одного из них и уводит в другую комнату. Вернувшись, он дает команду открыть глаза и игроки должны определить, кого не хватает. Кто первый догадается, тот победитель.

*Петушки*

Инвентарь: вязаная шапочка средней плотности..

Место проведения: открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 4-6.

Вид: с водящим.

Развивает: взаимовыручку, быстроту, ориентацию в пространстве (у водящего).

Мы играли в смесь жмурок с догонялками – "петушки". Название игре дали вязаные шапки-петушки, как раз только вошедшие в моду. Играли в эту игру вечером, в сумерках. Выбирался достаточно плотный петушок, который в натянутом на лицо состоянии здорово (но не полностью) ограничивал видимость и отдавался водящему. Тот натягивал шапку до носа и отворачивался к стенке, медленно считая до 10. Потом шел искать. Если водящему удавалось найти кого-то из спрятавшихся, то в его задачу входило еще и догнать его. Если удавалось, то игроку, которого догнали, вручался этот петушок, и он становился водящим.

Можно было отвлечь водящего, когда он загонял кого-то в угол, пробежав перед его носом. Так как в надетом подобным образе петушке видимость мало отличалась от нулевой, и видны были только смутные тени, то такой прием частенько срабатывал. Водящий отвлекался, и почти уже им пойманный игрок пользовался моментом, чтобы убежать на более просторное место.

Помогало и неподвижное сидение - часто водящий проходил в нескольких сантиметрах от игрока, не замечая его, если у того были крепкие нервы, и он не выдавал движением или возбужденным сопением своего присутствия. Высшим шиком было засеть на открытом месте.

Игра была достаточно жесткой, так как погоня в слепую часто заканчивалась падением водящего или столкновением с весьма твердыми объектами.

Конечно, подглядывать за прячущимися водящему – очень не красиво. Если только одним глазком...

*Найди платок*

Инвентарь: платок.

Место проведения: просторная комната, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 5-7.

Вид: с водящим.

Развивает: наблюдательность.

Австрийская игра.

Закрывают глаза, а водящий в это время прячет платок на определенной ограниченной территории. Спрятав его водящий говорит: "Платок отдыхает".

Играющие пытаются отыскать платок, а ведущий их направляет, говоря "тепло", если кто-то из игроков к платку приближается и "холодно", если они начинают удаляться. Нашедший платок должен незаметно его подобрать и осалить им кого-то из игроков. Осаленный становиться новым ведущим.

*Найди палку*

Инвентарь: обтесанная палка.

Место проведения: поляна.

Минимальное количество игроков: 5-7.

Вид: с водящим.

Развивает: наблюдательность.

Латвийская народная игра.

Игроки ложатся на землю лицом вниз (по кругу голова к голове) и закрывают глаза. Водящий бросает обтесанную палку в кусты – в кусты, и по его сигналу игроки бегут к кустам и стараются отыскать палку. Нашедший становится водящим.

**Спортивные игры**

Естественно, правила футбола, баскетбола или хоккея пересказывать не имеет смысла, так хотя бы в общих чертах они известны практически всем. Приведу лишь несколько "дворовых" вариаций на эти популярные спортивные игры.

*Набивалы*

(чеканка).

Инвентарь: любой мяч, от теннисного до баскетбольного.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 2.

Вид: индивидуальная.

Развивает: координацию.

Для игры лучше всего по весу подходит волейбольный, который несколько легче футбольного и потому его проще контролировать. Цель игры: за несколько последовательных попыток больше других подбросить мяч ногой, не давая ему опуститься на землю. Детали правил и количества попыток могут варьироваться. Иногда разрешается подбрасывать мяч удобной ногой, коленом и даже грудью или головой, иногда "чеканить" надо строго попеременно. В самом сложном варианте мяч подбрасывается по одному разу каждой ногой, потом принимается на голову и т.д.

У этих юных негритянских ребят баскетбол, похоже, "в крови". Такую целеустремленность не всегда прочитаешь и на лицах профессиональных игроков.

В варианте, приводимом руководителем данного проекта, Тимофеем Бокаревым, в качестве мяча используется иной предмет:

"Давно забыта и такая игра как "жестка" или "пушок", во всяком случае, так ее называли в нашем дворе.

Жестка представляла собой изделие из круглого кусочка меха с приделанным к нему грузом. Щечкой (внутренней частью стопы. прим . авт.) одной ноги жестка подбрасывалась вверх, и пока она опускалась вниз, играющий успевал переступить ногами, как бы сделать маленький шаг на месте, чтобы повторить удар. Задача состояла в том, чтобы как можно дольше не дать жестке упасть на землю, после чего очередь переходила к следующему игроку.

Количество подбрасываний, или ударов, запоминалось и суммировалось у каждого из играющих. Побеждал тот, кто первым набирал заранее установленное число, ну, скажем, двести. Обычно за один раз средний игрок мог сделать пять-десять ударов, не больше. Жестка часто улетала в сторону по самым разным причинам: либо игрок терял равновесие, либо случайно бил по жестке пяткой или носком ботинка, вместо середины щечки, прямо под самой косточкой. Кстати, когда жестка, попадала своим свинцовым грузом по этой косточке, было страшно больно..

У каждого настоящего любителя этого занятия была своя личная жестка, которая изготавливалась самостоятельно. Из шубы, тулупа или любого мехового изделия, имевшегося дома, вырезался кусок, Естественно, без спроса и так, чтобы не было заметно, то есть из подвернутой части меха, ближе к подкладке. Из свинца на газу отливался груз в форме круглой бляшки, в котором проделывались дырочки, как в пуговице. Груз, который иногда оборачивали в материю, пришивался к меховому кружочку снизу, к мездре. Если с расшибалкой и с пристеночком боролись участковые милиционеры, то с игрой в жестку вели беспощадную борьбу учителя и наиболее активные из родителей. Во-первых, жестка почему-то считалась игрой недостойной пионеров и комсомольцев, а присущей только шпане, хулиганам. Это был главный аргумент, но когда он не действовал, приводились запугивающие данные о том, что, якобы, длительное увлечение жесткой неизбежно приводит к грыже. В нашем дворе случаев с грыжей мы не наблюдали, но утверждать, что эти слухи были чистой выдумкой, не берусь."

*Игра в одни ворота*

Инвентарь: мяч/шайба в зависимости от вида игры. Спортивные ворота или их аналог.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 5.

Вид: командная.

Развивает: тактику, командное взаимодействие, общефизический эффект.

Играют в нее, если под рукой нет достаточно большой площадки. Или когда мало игроков для интересной игры на большом поле. Хотя, могут играть и несколько команд. В игре, как это понятно уже из названия, используются только одни ворота, оптимальное количество игроков в одной команде 2-3 человека. На ворота ставят нейтрального игрока. Цель вратаря ловить или отбивать все мячи/шайбы, летящие в его ворота, не зависимо от того, игроком какой из команд нанесен удар. Если вратарь ловит мяч, то наугад выбрасывает его в поле, стараясь не отдавать предпочтение какой-либо из команд. Существует несколько вариантов развития событий после забитого гола:

Все игроки по-прежнему остаются на поле в своих ролях и игра ведется до определенного количества мячей, забитых одной из команд

Игрок, забивший мяч, меняется местами с прежним вратарем. Либо, как вариант, вратарем становиться один из игроков противоположной команды

Если играют больше двух команд, то вместо проигравшей (то есть мяча не забившей), на поле выходит следующая и т.д.

В варианте баскетбола игра просто ведется в одно общее кольцо. Причем правила пробежки и трехочкового броска могут оставаться в силе.

*На лучшего вратаря*

Инвентарь: мяч/шайба в зависимости от вида игры. Спортивные ворота или их аналог.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 2-3.

Вид: индивидуальная.

Развивает: координацию, реакцию.

Каждый игрок играет сам за себя, а сама игра заключается в серии дуэлей между вратарем и нападающим. Интерес игра представляет при количестве участников в 3-5 человек, так как вдвоем играть не очень интересно, а при большем количестве игроков приходится долго ждать своей очереди.

Один из игроков становится на ворота, а остальные по очереди пробивают ему определенное количество пенальти – ударов по неподвижному мячу с определенного расстояния. Для хоккея правильнее было бы назвать "буллитов", но так как бросок обычно производится с места, то воспользуемся футбольной терминологией.

Число пропущенных вратарем мячей суммируется и запоминается, а затем место в воротах занимает следующий игрок и т.д. Победителем считается игрок, пропустивший мячей меньше других вратарей. Как вариант: можно так же играть и "на лучшего нападающего", тогда учитываются забитые мячи, и побеждает тот, у кого их больше. Можно проводить игру и объединив оба варианта.

Для игры в волейбол далеко не всегда нужна сетка. Часто нужны только мяч и хорошая, веселая компания.

Пионербол

Инвентарь: мяч. Волейбольная сетка.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6-8.

Вид: командная.

Развивает: тактические навыки, командное взаимодействие, общефизический эффект.

Сложно сказать, как именно родилась эта игра, но то, что она частенько входила в программу уроков физкультуры – это факт. Игра велась на волейбольной площадке, только мяч не перебрасывали касанием кисти через сетку, как в волейболе, а предварительно можно было его ловить. И потом уже перебрасывать на половину поля соперника или отдавать пас партнеру.

Игроки команды, уронившие мяч, пропускали гол.

Хоккей-тир

(авторская)

Инвентарь: шайба, хоккейная клюшка. Мишень.

Место проведения: открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 2.

Вид: индивидуальная.

Развивает: тактические навыки, меткость.

Не помню, как эта игра называлась на нашем языке, но играли в нее, когда не могли собрать команду на полноценную игру в хоккей. Обычно вдвоем или втроем.

Цель игры заключалась в том, чтобы попасть шайбой в старую собачью будку (пустую, естественно), так, чтобы шайба оказалась внутри ее, словно в воротах. Шайбу первоначально относили на приличное расстояние (так, чтобы теоретически можно было добросить ее до будки) и броски проводили по очереди. Причем следующий игрок бросал с того места, в котором оказалась шайба после предыдущего броска противника.

Забивший шайбу получал 1 очко, и шайба вновь устанавливалась на начальной позиции, и забивший игрок получал право первого броска. Играли до 5-10 очков. Набив руку можно было попасть кистевым броском со стартовой точки (метров с 10) 2-3 раза подряд, хотя отверстие в конуре было всего 30Х40 см.

Игры с мячом

Миллионы мальчишек по всему свету обожают гонять пятнистый мяч. Профессиональными футболистами станут потом немногие. Но страстными болельщиками – почти все.

Козел

Инвентарь: мяч.

Место проведения: площадка перед высокой стеной без окон.

Минимальное количество игроков: 3-5.

Вид: индивидуальная.

Развивает: координацию.

Популярная российская дворовая игра.

Ничего общего с "козлом" карточным игра не имеет. Для игры необходим мяч и высокая стенка, желательно глухая, без окон. Играющие выстраиваются в очередь. По мячу бьют ногой так, что бы он ударился об стену, и затем, на отскоке, ударивший должен через него перепрыгнуть. Перепрыгнувший бежит в конец очереди и по мячу бьет следующий игрок. И т.д. Перед перепрыгиванием допускается только одно касание мяча земли. Игрок, не сумевший перепрыгнуть мяч, набирает штрафную букву из слова "козел". Сначала "К", потом "О" и т.д. пока кто-то не соберет все буквы. Тот, кто первый собрал все штрафные буквы слова, считается козлом.

*Вышибалы*

Инвентарь: мяч.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6-8.

Вид: командная.

Развивает: тактические навыки, общефизический эффект.

Чем больше игроков, тем увлекательнее эта игра.

Играющие делятся на "вышибаемых" и "вышибающих". Вышибающие встают с двух сторон, а вышибаемые располагаются между ними. Задача вышибающих: перебрасываясь мячом попасть им в вышибаемых игроков. Те, в свою очередь, должны пытаться увернуться.

Игрок, которого вышибли, отходит в сторонку. Но его могут "спасти" его товарищи, если им удастся поймать мяч. Если выбиты несколько человек, то игрок поймавший мяч, сам выбирает из них того, кому следует вернуться в игру. Когда в команде "вышибаемых" остается один игрок, то он должен увернуться от мяча столько раз, сколько ему лет. В случае удачи вся его команда возвращается в игру, в противном случае команды меняются местами.

*Картошка*

Инвентарь: мяч.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6-8.

Вид: с водящим.

Развивает: общефизический эффект, тактические навыки.

Играют волейбольным мячом. Количество играющих от 5 человек. Водящий ("картошка") садится на корточки, остальные игроки располагаются вокруг него и перебрасываются мячом, так же, как при игре в волейбол. Уронивший мяч присоединяется к картошке – картошка растет.

Игроки могут не только перебрасываться мячом, но и глушить картошку, то есть с силой ударять ладонью по мячу, стараясь попасть в сидящих. Если игрок промахивается, то присоединяется к картошке. Сидящие игроки имеют право выпрыгивать с корточек, пытаясь поймать пролетающий мяч. Если это удается, поймавший меняется местами с тем, чью передачу он перехватил.

В упрощенном варианте стоящие игроки могут отбивать мяч не сразу, е его разрешается предварительно ловить, и потом кидать партнеру.

*Штандер-стоп*

Инвентарь: мяч

Место проведения: открытая площадка, двор

Минимальное количество игроков: 5

Вид: с водящим

Развивает: ловкость, координацию, глазомер

Игра популярная среди подростков СССР в 50-80-е годы XX века.

Мяч подбрасывается вверх кем-то из игроков, и пока он летит, игроки разбегаются. Как только мяч пойман водящим (не важно с лета или с отскока от земли), поймавший кричит "Штандер - стоп!" (у нас, если не ошибаюсь, кричали "Черевички - стоп" прим. авт.) и все игроки должны замереть на месте. Затем водящий должен назвать количество шагов до того или иного игрока и подойти к нему на указанное количество. Чем точнее определяется расстояние, тем ближе ведущий оказывается к игроку.

Существовало несколько разновидностей шагов, в которых велось определение расстояния. Обычные, лилипутские (делались поочередным приставлением пятки одной стопы вплотную к носку другой), и великанские (можно было делать длинный шаг-прыжок). После этого водящий старается попасть мячом в этого игрока. Если тот уворачивается (или ловит мяч) или водящий промахивается, все разбегаются еще дальше, пока водящий снова не догонит мяч и не выкрикинет "Штандер – стоп!". Если бросок удачен, то водящий меняется ролями с осаленным игроком и игра начинается опять с подбрасывания мяча.

Чаще всего игровая площадка имела разумное ограничение по размерам и покидать ее пределы игрокам воспрещалось. Иногда целью игры было достижение "домика", который располагался на другом конце площадки. Игрока, укрывшегося в "домике" нельзя было осаливать.

*Мяч через дом*

Инвентарь: мяч.

Место проведения: площадка по обе стороны невысокой постройки.

Минимальное количество игроков: 6-8.

Вид: командная.

Развивает: общефизический эффект, тактические навыки.

Сельская английская игра. Используется легкий мяч (волейбольный). Игроки делятся на две команды и располагаются по две стороны одно этажного дома или сарая. Смысл игры поймать мяч, прилетевший со стороны соперников до того, как он коснется земли. Если это удается, поймавший идет на сторону соперников и пытается осалить кого-то из них броском мяча. В случае удачи осаленный выбывает из игры. В противном случае выбывает салящий. На каждой из сторон присутствует по одному наблюдателю из противоположной команды, следящих за соблюдением правил. Перед перебрасыванием мяча игроки обязаны предупредить об этом соперников. Однако делать это может любой игрок. Например, предупреждает стоящий с одного угла, а мяч подается с другого. Проигрывает команда, лишившаяся всех игроков.

Опытные игроки в "вышибалы" не дрогнув, встречают летящий в них мяч. И даже при этом показывают "рожки" соперникам.

*Стрелок*

Инвентарь: мяч, разметка.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6-8.

Вид: с водящим.

Развивает: меткость, быстроту, ловкость.

*Башкирская игра*.

На земле, на расстоянии 10-15 метров друг от друга проводят две черты, между которыми чертится круг диаметром около 2 м. Один из игроков выбирается на роль стрелка и с мячом в руках становиться в круге. По сигналу остальные игроки начинают перебежку от одной линии к другой, а стрелок старается попасть в них мячом. Как только ему это удается, он меняется с выбитым игроком ролями.

*Один в круге*

Инвентарь: мяч.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 5.

Вид: с водящим.

Тактическое взаимодействие, координацию, ловкость.

*Венгерская игра.*

Игровой процесс напоминает знакомые нам "собачки".

Водящий становиться в центре. Остальные игроки перебрасываются мячом, стараясь, чтобы водящий его не перехватил. Если ему всё же удаётся поймать мяч, то он может бросить его в любого игрока. В кого попадёт, тот становится на место водящего.

**Игры на меткость**

Большинство игр подобного рода имеют "военную окраску" и проводится с инвентарем, имитирующим оружие или охотничьи принадлежности. В таких играх необходимо поразить или игрока команды соперника, или определенную мишень.

Стоит отметить, что в этом разделе приведены исключительно игры на меткость, а подробнее прочитать о различных вариантах игр в "войнушку" Вы сможете на нашем сайте, прочитав статью: Славянские народные игры для детей.

Национальные игры самобытны, и в них – история жизни и развития целых народов

Альчики

Инвентарь: для игры необходимы альчики – овечьи или козьи суставные кости (астрагалы). В качестве битка используют коровий астрагал

Место проведения: открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 3-4.

Вид: индивидуальная.

Развивает: меткость.

*Колмыкская народная игра.*

Игроки выстраивают из альчиков один ряд так, чтобы образовалась линия длиной не меньше метра, и отходят от этого места на 10—15 м. Оттуда бросаются битки с таким расчетом, чтобы выбить альчик из ряда на расстояние шага. Бросают по очереди. При удачном броске бросают еще раз. Выбивший три альчика подряд, считается победителем и забирает либо все кости, поставленные в кон, либо те, которые сумел выбить.

*Банки*

(дворовый вариант городков)

Инвентарь: биты (для каждого игрока своя), банка-мишень, игровая разметка

Место проведения: открытая площадка, двор

Минимальное количество игроков: 4

Вид: с водящим

Развивает: ловкость, координацию, глазомер

В качестве биты использовались черенки от хоккейных клюшек или лопат. Иногда биты делались из дерева самостоятельно. Игра существовала в нескольких разновидностях, которые различались по терминологии или деталям правил. На Украине она часто называлась "пекарь", а в Прибалтике "повар".

На земле чертился круг диаметром в 2-3 метра, в котором устанавливались несколько пустых жестяных банок (одна на другую) в качестве мишени. На некотором расстоянии от круга на земле чертились линии-уровни. Их количество варьировалось от трех и выше. Конечной целью игры было пройти по всем уровням быстрее остальных.

Перед игрой выбирался водящий, в задачу которого входило собирание и расстановка сбитых игроками банок и так же их охрана. Определялся водящий так: все игроки должны были сделать бросок биты с ноги, то есть одним концом бита ставилась на носок ноги, за другой придерживалась рукой и кидалась махом ноги. У кого бита упала ближе всех к линии броска тот и водил.

Игра включала в себя два этапа.

Городки. Задачей игроков было поочередными бросками биты выбить из круга одну или несколько банок. От результата броска зависело продвижение игрока по линиям-уровням. За разные виды попадания игроку могли даваться премии, за промахи накладываться штраф. Само продвижение по уровням часто в игре выражалось в присвоении званий. Обычно использовались воинские звания (салага-рядовой-сержант-лейтенант и так до генералиссимуса или маршала) или карточные (валет-дама-король-туз). Бывали и смешанные или оригинальные ранги. Игрок, выбивший банку, продвигался на один уровень вперед и бросал биту в следующий раз с уже более близкого расстояния. (В некоторых вариациях наоборот, все броски делались сначала с самой ближней к банке линии, и расстояние увеличивалось с ростом ранга игрока). Иногда для продвижения надо было набрать определенное количество очков (то есть выбить определенное количество банок или сделать это особым способом, например прямым попаданием биты). Сам способ броска варьировался от ранга игрока, бросать нужно было или "копьем" или произвольно или стоя к цели спиной (бита бросалась между ног) и т.д.

Салки. Если бросок был удачным, то играющий беспрепятственно мог подобрать свою биту. В случае промаха водящий имел право осалить игрока, пытающегося ее подобрать. Причем делал он это касанием (иногда ударом) своей биты. "Зона поражения" игрока зависела опять же от его ранга. Чем ниже ранг, тем обширнее она была. Игрок старшего звания был неприкасаем и мог беспрепятственно подбирать биту. Если водящий осаливал игрока и после этого выбивал банку, то осаленный игрок становился водящим.

В игре присутствовал постоянный контакт игроков (точнее игроков и биты водящего), иногда достаточно жесткий, так что синяки считались нормой.

*Горный козел*

Инвентарь: размеченная площадка. Мячи, по количеству водящих.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6.

Вид: с водящим.

Развивает: меткость, ловкость.

Таджикская народная игра.

На земле очерчивается большая площадка, Два человека выбираются охотниками, остальные игроки становятся горными козлами. Горные козлы перемещаются по всей площадке. По сигналу охотники гонятся за ними, стараясь попасть в них мячами. Осаленный садится на землю, к нему подбегает охотник и дотрагивается до его спины. Это означает, что он пойман. После того, как все козлы пойманы, выбираются другие охотники и игра возобновляется.

*Сифак*

Инвентарь: тряпка для вытирания мела с доски.

Место проведения: классная комната.

Минимальное количество игроков: 3.

Вид: с водящим.

Развивает: меткость, ловкость.

Игра школьных перемен. Необходимо попасть тряпкой в другого игрока. Тот, в кого попали, считался "сифаком" и становился водящим, то есть пытался попасть тряпкой в кого-то другого. Попадание тряпки обычно пачкало форму мелом, что давало дополнительный стимул игрокам уворачиваться, а водящему попадать.

С инвентарем, имитирующим оружие или охотничьи принадлежности

*Танки*

Инвентарь: снежки, макеты танков, изготовленные из снега.

Место проведения: открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 2.

Вид: индивидуальная.

Развивает: меткость, тактические навыки.

Из плотного снега руками вытачивались прямоугольные бруски, размером с приличную книгу – корпуса танков. Сверху приделывалась башня из снега с пушкой-веткой. Можно было приделывать бензобаки и прочие мелкие детали. Каждый "тюнинговал" свои танки на личный вкус. Обычно все делали по 3-5 танков. Потом игроки расходились со своими танками на достаточное расстояние и начинали поочередно кидать снежки в танки противника. Обычно каждый имел право кинуть столько снежков за раз, сколько танков у него было.

Если танк выдерживал попадание снежка не получая значительных повреждений, то он оставался в игре, так что имелся смысл уделять изготовлению "бронетехники" особое внимание. Играли до тех пор, пока танки не оставались только у одного из игроков.

Из детей, играющих в такие игры, получатся отличные охотники

*Брызгалка*

Инвентарь: бутылка с отверстием в крышке наполненная водой.

Место проведения: открытая площадка, нежилое помещение.

Минимальное количество игроков: 2.

Вид: индивидуальная, командная.

Развивает: тактические навыки. Исключительно летний вид "войнушки", особенно подходящий для знойной погоды. Сейчас для игры применяются водяные пистолеты, стреляющие струей воды, а раньше "брызгалки" изготавливали для себя сами. Бралась бутылка емкостью до 1 литра, из легкосжимаемого пластика (страшный дефицит, в "доперестроечные" времена. Не мало маминых шампуней было слито в кружку, что бы освободить вожделенную тару). В крышке бутылки проделывалось небольшое отверстие, в которое плотно вставлялась трубка. Обычно использовали часть стандартной шариковой ручки. Бутылка заливалась водой и все – "брызгалка" готова. Иногда игроки делятся на две команды и "воюют" по каким-либо правилам, Например игрок, пораженный струей воды, временно покидает игру. Обычно проигравшая команда отправляется за новым запасом воды для всех игроков. Играть можно и без правил и вообще – "каждый сам за себя", стремясь как можно сильнее намочить остальных. В солнечный летний день такая игра самое веселое средство для борьбы с жарой.

*Трубки-плевалки*

Инвентарь: стеклянная или пластиковая трубка с диаметром отверстия от 2 мм.

Место проведения: любое помещение или открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 2.

Вид: индивидуальная, командная.

Развивает: меткость.

До предела милитаризированная игра, бывшая любимым развлечением советских школьников на переменах или прямо на уроках. Для игры использовались тонкие трубки, которые играли роль духовых ружей. В качестве боеприпасов использовали кусочки пластилина, жеваной бумаги, реже пшено или прочие крупы. Идеальный выстрел получался горошиной, но трубки такого калибра было чрезвычайно сложно найти, да и сам горох далеко не всегда был в продаже. Применяли стеклянные трубки, которые удавалось стащить в химическом кабинете, и начинали перестрелку, пока шла перемена или учитель писал что-то на доске. Последнее каралось особо строго, так как при "выстреле" трубка издавала характерный и достаточно громкий звук, и перестрелка (вернее "переплевка") редко оставалась незамеченным преподавателем.

Попадание, в лицо при стрельбе пластилином было довольно болезненным, а пережеванной промокашкой неприятным само по себе. Так что смыслом игры было просто попасть в соперника так, что бы он вскрикнул, или ему пришлось, морщась, утираться.

*Самострел*

Инвентарь: самострел с запасом метательных снарядов.

Место проведения: площадка, двор.

Минимальное количество игроков: 6.

Вид: индивидуальная, командная.

Развивает: меткость.

Конструкции самострелов разнообразны. Наиболее часто употребляются два варианта.

На конец пластиковой или металлической трубки надевается резиновый напалечник и плотно крепится пластырем или веревкой. Перед выстрелом в трубку вкладывается подходящий по размерам снаряд (например, небольшой камешек), и оттягивается вместе с напалечником, при отпускании которого происходит выстрел – снаряд вылетает из трубки.

В другом варианте самострела, на короткую дощечку (длиной см. в 30), за оба конца крепиться обычная бельевая резинка и бельевая прищепка, служащая спусковым механизмом. Перед выстрелом снаряд с оттянутой резинкой зажимается прищепкой, а для выстрела необходимо нажать на прищепку. Небольшая скорость вылета позволяет использовать такие самострелы для перестрелок.

*Рогатка*

Инвентарь: рогатка с запасом метательных снарядов.

Место проведения: открытая площадка, двор, лес.

Минимальное количество игроков: 1.

Вид: индивидуальная.

Развивает: меткость.

Самое серьезное оружие из всего детского игрового инвентаря. Не стоит недооценивать ее боевые характеристики. Скорость вылета камня у хорошо сделанной рогатки превышает скорость вылета снаряда пращи и лука, а попадание в человека (не говоря о мелких животных) может серьезно травмировать или убить.

Конструкция рогатки предельно проста - прочная роготулька с натянутой на рога резинкой.

Рогатку изготавливают из Y-подобной ветки и толстой резинки-жгута. На резинку надевается "кожеток" кусочек кожи, который служит для удержания снарядов перед выстрелом.

Снарядом являются стальные шарики от подшипника, крупная дробь, круглые камушки, высушенные глиняные шарики и т.д.

Перестрелка из рогаток занятие опасное, по этому для стрельбы выбираются какие-либо мишени – банки, бутылки и т.д. Прицельная дальность выстрела составляет 20-30 м, а максимальная дальность полета снаряда до 400м, для наиболее мощных образцов, хотя обычно не превышает 50-70м.

Еще одна вариация рогатки – шпоночная рогатка. "Кожеток" в ее конструкцию не входит, и используется не толстая медицинская, а тонкая авиамодельная резина. Снарядом служат U-образные куски толстой проволоки – "шпонки". Шпоночная рогатка легче и меньше обычной, и имеет один существенный недостаток – траекторию полета снаряда при стрельбе больше чем на 3-5 метров предсказать сложно, его часто "уводит" в сторону.

*Летние снежки*

Инвентарь: некрупные недозрелые яблоки.

Место проведения: открытая площадка, двор.

Минимальное количество игроков: 2.

Вид: индивидуальная, командная.

Развивает: меткость, тактические навыки, ловкость.

Так как вместо снежков использовались недозрелые яблоки (размером со среднюю редиску), то играли в основном в июне. Делились на две команды: "сторожа" и "бандиты". Сторожа охраняли какую-либо территорию, а в задачу бандитов входило ее захватить. Боевое столкновение имитировали, швыряя друг в друга яблоками. Попадание в какую-либо конечность полностью выводило ее из строя. Попадание в корпус или голову "убивало" игрока.

Иногда в игру включали и "холодное оружие" – деревянные шпаги и сабли, сделанные из веток и с эфесами из толстой проволоки.

Игра в "войнушку" одна из самых любимых детских игр. Но дети – не солдаты. На их лицах нет ожесточения, а только задор и улыбки. Для них это – соревнование.

*Стрельба в цель с кружением*

Инвентарь: мишень, столбик, мяч (для подростков – лук)

Место проведения: открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 2.

Вид: индивидуальная.

Развивает: координацию, меткость.

*Якутская народная игра.*

На дереве подвешивается картонный или берестяной диск, диаметром в 20-25 см. В 3-5 метрах от него в землю вкапывается столбик. Играющий должен несколько раз обежать вокруг столбика и поразить мячом висящую мишень. Победителем считают того, кто поразил цель, обежав вокруг колышка большее число раз.

*Охота на оленей*

Инвентарь: санки с закрепленными рогами, имитирующие оленя, арканы по числу играющих.

Место проведения: открытая площадка, желательно с пологой горкой.

Минимальное количество игроков: 3.

Вид: индивидуальная.

Развивает: меткость, специфические охотничьи навыки.

*Игра республики Коми.*

Один из играющих толкает санки с пологой горки, остальные пытаются набросить арканы на "оленя". Выигрывает тот, кому удалось это сделать большее число раз.

**Игры на воде**

Игры на воде в основном представляют из себя вариации "сухопутных" игр.

*Салочки в воде*

Инвентарь: нет.

Место проведения: водоем с обширной отмелью.

Минимальное количество игроков: 4.

Вид: с водящим.

Развивает: выносливость, быстроту, ловкость.

Играют на обширной отмели. Как и в обычных салочках, водящий старается осалить кого-то из остальных игроков. Можно убегать, нырять и плавать, но запрещено перемещаться на место, в котором глубина больше, чем по шею игроку. Нарушивший считается осаленным и меняется местами с водящим.

"Карусель" – очень простая игра. Водящий раскручивает над головой привязанный к веревке мяч, а игроки ныряют, чтобы он пролетел над их головами. Кто не успел – водит.

*Собачки*

Инвентарь: мяч.

Место проведения: водоем с обширной отмелью.

Минимальное количество игроков: 4.

Вид: с водящим.

Развивает: тактические навыки, координацию.

Водящий ("собачка"), старается отнять мяч у остальных игроков или перехватить их передачи. Если собачка завладела мячом, то она меняется местами с тем, у кого мяч отобран. Если игроков больше 6-7 человек, то собачке может быть несколько. Идеальное сочетание: 1 собачка на 3-4 игрока.

*Морской бой*

Инвентарь: надутые тракторные камеры большого размера, например от тракторов "К-700" или "Т-150".

Место проведения: водоем со слабым или отсутствующим течением, например пруд или озеро.

Минимальное количество игроков: 6.

Вид: командная.

Развивает: тактические навыки, общефизический эффект.

На каждой камере-корабле размещается по 3-6 игроков. Их задача – перевернуть вражеское "судно" или столкнуть всех членов его команды вводу. Когда играющих много, то можно играть команда на команду, или каждому "кораблю" сражаться саму за себя.

Иногда прямому столкновению предшествовала перестрелка заранее заготовленными снарядами. Например, легкими камушками керамзита. Попадание в такой перестрелке не выводит игрока из игры, а просто разжигает боевой пыл игроков.

**Прыгательные игры**

Обычно подобные игры считаются "девчачьими" и мальчики играют в них достаточно редко.

*Скакалка*

Инвентарь: скакалка.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 3.

Вид: индивидуальная.

Координацию, выносливость, прыгучесть, воображение.

Игры со скакалкой заключаются в последовательном безошибочном выполнении определенного набора движений. Например, пять прыжков надо совершить на правой ноге, потом пять на левой, затем в прыжке развернуться на 180 градусов и т.д. Участники могут выполнять одну или несколько "классических" схем, или демонстрировать личную. В последнем случае сложность схемы влияет на определение победителя.

Если игрок ошибается, то прыгает следующий по очереди.

Простая скакалка может доставить ребенку массу удовольствия.

Прыгающий может вращать скакалку сам или это могут делать два других игрока, взявшись за ее концы. В усложненном варианте вращают сразу две скакалки.

*Резиночка*

Инвентарь: бельевая резинка длиной в 2-3 метра.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 3-4 .

Вид: командная, индивидуальная.

Развивает: координацию, выносливость, прыгучесть, воображение.

Используется обычная, связанная за концы в кольцо. Резинка натягивается между ногами двух играющих, третий выполняет прыжки. Играют, как правило, втроем или вчетвером. Если меньше, то используют любые подручные средства (пенек, забор, столб), натягивая резиночку между ними. Бывает 6 высот-уровней сложности: по щиколотку, по колено, по бедра, до талии, до груди, до шеи. Цель игры, как и при прыжках через скакалку выполнить определенную комбинацию прыжков. Игрок, безошибочно выполнивший комбинацию на одной высоте, переходит к другой. В случае ошибки он меняется местами со "столбом"

При игре втроем играют каждый сам за себя, вчетвером - две команды. Прыгают, пока не ошибутся. Игра начинается с самых простых прыжков и постепенно усложняется. Каждая комбинация прыжков отрабатывается на всех высотах. Количество прыжков определяется возрастом участников по количеству лет.

Каждая фигура в комбинации носила свое название: "карандаш", "березка", "тяпы" и т.д.

Комбинация могла выглядеть, например, так:

Обе ноги с внешних сторон резиночек.

Прыжок внутрь резиночек.

Одну ногу переставить так, чтобы одна резиночка оказалась между ногами (одна нога внутри резиночек, вторая с внешней стороны)

Перепрыгнуть, чтобы вторая резиночка оказалась между ногами (теперь другая нога внутри резинок)

*Выпрыгнуть*

При игре в резиночку мальчики чаще всего выступали в роли столбиков, между которыми она натягивалась.

"Прыганье начиналось с "простых". Это когда прыгающий сам себе фигуру придумывает, вводились правила сложности первой фигуры. чтоб народ не наглел совсем.

"Тяпы" были и одной ногой наступать, потом двумя, перепрыгивать с одной резинки на другую, чтоб нога не соскочила, галстучки делали одной ногой на резинку, другой под, напрыгнуть на вторую, ногу переставить, чтоб получился бантик.

Еще прыганье сопровождали комментариями: "столбик, столбик, за одну, за две, в центр" и так далее. Еще вспомнила - фигура "цветочки" это когда начинаешь прыгать из центра за обе резинки, потом в центр и опять за обе и так, сколько лет прыгающему.

Мы с подружкой были одной из лучших прыгающих пар во дворе, потому что прыгали, все свободное время без устали до ночи!" – вспоминает, одна из выросших уже "девчонок 80-ых".

*Веревочка*

Инвентарь: бечевка длинной не менее 1,5м.

Место проведения: без ограничения.

Минимальное количество игроков: 2.

Вид: индивидуальная.

Развивает: воображение, моторику рук.

Два игрока по очереди наматывают друг-другу на руки веревочку. Задача наматывающего запутать веревку таким образом, чтобы второй игрок не смог от нее освободиться, или потратил на это больше времени. Узлы и протаскивание веревочки между петель запрещены.

Для деятельности взрослого человека требуются огромные пространства. Детям же хватает для игр небольшого свободного пятачка.

*Классики*

Инвентарь: специальная таблица, деревянный или пластиковый биток диаметром 10-15 см.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 2.

Вид: индивидуальная.

Развивает: прыгучесть, выносливость, координацию.

Очень древняя игра в настоящее время хорошо известная во всем мире. Английское название игры - Hopscotch. Изначально применялась для повышения выносливости солдат римской армии. Наблюдающие за упражнениями дети подражали солдатам, и постепенно превратили тренировку в игру с определенными правилами.

Игра имеет множество разновидностей. Но основная суть ее в следующем:

На асфальте мелом рисуется табличка в два столбца (есть варианты, когда два столбца попеременно чередуются с одним и т.д.) с последовательно расположенными в них числами, например, от одного до 10. Сверху к таблице пририсовывается полукруг, внутри которого написано "огонь". При попадании на это поле игрок "сгорает", то есть его попытка считается неудачной.

Для игры необходим так же биток – может подойти легкая пустая изнутри шайба для детского хоккея или баночка из-под крема.

Задача игрока – проскакать все поля таблицы, в определенной последовательности, толкая при этом перед собой ногой биток, так, что бы он тоже останавливался на нужном поле. На границы между полями наступать нельзя, как и попадать на поле "огонь". Через некоторые поля надо перепрыгивать, не останавливая на них биток и не останавливаясь самому.

Во французском варианте, называемом "улитка", таблица имеет спиральную форму.

Так же играют в классики и без битка. Смысл игры пропрыгать всю таблицу определенным образом без ошибок.

Заключение.

Жизнь ребенка, в какой бы стране он ни жил, не мыслима без игры. Сложные и яркие игрушки, конечно, нравятся детям, но игры, для которых достаточно палочки, камня и прочего незатейливого инвентаря все рано никогда не исчезнут, так как детству свойственна фантазия, и совсем несложно с ее помощью вообразить, например, что старый деревянный ящик – это океанский лайнер, а поросший травой пустырь – настоящий олимпийский стадион.

Ребенок вырастает, вступает во взрослую жизнь, у него появляются своя семья, свои дети. Потом и эти дети вырастают и у них, в свою очередь появляются свои дети и т.д. Меняется общество, меняются устои, законы, эволюционирует и сам человек, приобретая новые, ранее недоступные знания.

Но человечество никогда не вырастет из "коротких штанишек", пока у людей есть дети, ежечасно напоминающие нам, взрослым, что и мы сами были когда-то детьми, и так, же азартно гоняли мяч (не важно, "фирменный" или тряпичный), строили замки из кучки кирпичей, приходили с синяками и ободранными коленками.

И хочется порой, плюнуть на все дела, достать со шкафа старую клюшку, выйти во двор и вновь почувствовать вкус детства.

"Куда уходит детство?..."

При работе над рефератом использовались материалы сайтов: www.7682.ru/games, http://www.solnet.ee/.

Русскоязычные

Спорт в школе – Интернет-газета - http://spo.1september.ru/

Энциклопедия нашего детства – сайт для тех, чье детство пришлось на 60-80 годы прошлого века - http://7682.ru/

Классификация русских игр - Статья А.А. Тарана в журнале "Физическая Культура"

Все для детского сада – специализированный сайт для работников детских садов и дошкольных учреждений - http://www.ivalex.vistcom.ru/

Развивашки – сайт с играми и занятиями для малышей - http://www.razvivashki.ru/

Энциклопедия мастерства "Игрушка" – все об игрушках - http://igrushka.kz/

Детская психология для родителей – психология, игры, воспитание, здоровье ребенка - http://psyparents.ru/

Подвижные игры – правила подвижных игр с сайта - http://rules.net.ru/

Подвижные игры – правила подвижных игр с сайта - http://www.prazdnik.by/

К теории чистой игры – статья об игровом процессе, как таковом с сайта - http://anthropology.ru/

Исторический экскурс – игры нашего детства

Умные игры – портал развивающих игр для детей и материалы для педагогов и родителей - http://www.intelgame.ru/

Англоязычные

GAMEKIDS on Oceanic – игры на воде - http://www.gamekids.com/

Streetplay – уличные игры. Сайт о детских подвижных играх - http://www.streetplay.com/

Streetgames – уличные игры. Сайт для детей и их родителей - http://www.streetgames.co.uk/

Street game – статья из Википедии с описанием игр и их правил. Дворовый футбол, страйкбол и т.д.

Книги и методические пособия

Детские подвижные игры народов СССР – книга о наиболее распространенных на территории СССР (бывшего) детских играх. Сост. А. В. Кенеман; Под ред. Т. И. Осокиной.

Подвижные игры с песнями в детском саду: Хороводы - сост. Доломанова Н.Н.

Занимательные игры - занятия в детском саду – автор: Мирясова.

Игры и развлечения на воде – учебное пособие. Авторы: Мартынова Л.В., Попкова Т.Н.

300 подвижных игр для младших школьников – популярное пособие для родителей и педагогов. Сост.: Фатеева Л.П.

Воспитание детей в игре - Основные проблемы, которым посвящена книга, связаны с нравственным воспитанием

ребенка. Авторы: Бондаренко А.К., Матусик И.А.