Некоторые игры, в которые играли наши бабушки и дедушки в детстве

- **Прятки**. Участники разбегаются и прячутся, пока ведущий считает до 5 или 10. После расчёта он идёт разыскивать всех. 2

Прятки

Возраст: 6 — 8 лет.

Цель игры: развить у детей внимание, сообразительность, а также быстроту реакции и выносливость.

Необходимое оборудование: набор «волшебных» палочек.

Ход игры. Принимать участие в игре могут до 10 человек. Играть в прятки лучше всего на улице или во дворе, так как на игровом поле должны быть места, удобные для того, чтобы там прятаться. Из числа игроков выбирается водящий. Он поворачивается к стене и начинает считать до десяти, двадцати, пятидесяти — по договоренности. За это время игроки должны разбежаться по полю и спрятаться, пока водящий их не видит. Досчитав до заданного числа, водящий говорит: «Раз, два, три, четыре, пять — я иду искать!» Если к этому времени все спрятались, он начинает поиски, если же кто-то не успел притаиться, водящий дополнительно считает еще до десяти. После этого задача водящего — найти всех притаившихся игроков. Первый найденный им игрок будет водящим в следующей игре.

- **Жмурки**. Выбирается человек, которому завязывают глаза и ставят в середине комнаты. Его цель — поймать всех участников игры, не открывая глаз. 12

Жмурки

Возраст: 5 — 8 лет.

Цель игры: развивать у детей умение ориентироваться в пространстве на слух. Игра тренирует слух, внимание и ловкость.

Необходимое оборудование: шарф, косынка или другая плотная повязка на глаза.

Ход игры. В игре могут принимать участие до десяти игроков. С помощью считалки выбирается водящий, которому завязываются глаза. Суть игры заключается в том, что водящий ловит остальных игроков с завязанными глазами. Естественно, что игроки при этом должны находиться на довольно небольшом замкнутом пространстве (поэтому в жмурки лучше всего играть в помещении). Варианты игры в «жмурки» могут быть самыми разными.

♦ Первый вариант: игроки становятся в круг вокруг водящего и для начала основательно «запутывают его», заставляя его покружиться на месте, чтобы потерять привычные ориентиры. «Покрутив» водящего, игроки разбегаются по помещению и стоят на своих местах неподвижно, время от времени хлопая в ладоши или что-то говоря, чтобы водящий мог найти их.

♦ Второй вариант: игроки не стоят неподвижно, а передвигаются. Как ни странно, при таком, казалось бы, усложненном варианте у водящего может появиться совершенно неожиданный шанс поймать кого-то из игроков, пробегающих мимо.

- **Горячая картошка**. Игра вырабатывает ловкость, быстроту реакции. В кругу стоят участники и бросают друг другу мяч. Если отбить не получилось, участник садится в круг так называемых «картошек» и старается, не вставая, поймать мяч во время переброса. 2
- **Классики**. Игра на ловкость. Игровое поле расчерчивается на квадратики. Игрок берёт камень, бросает его в первый квадрат и на одной ноге прыгает в него. Затем так же стоя на одной ноге нужно выбить камешек из игрового поля. 2

Классики

Возраст: 6 — 8 лет.

Цель игры: развить у детей ловкость движений. Игра способствует улучшению навыков прыгания и прекрасно тренирует сердечно-сосудистую систему.

Необходимое оборудование: мел, камешек или небольшая жестяная баночка с песком.

Ход игры. В «Классики» играют по очереди. Для начала на ровной площадке (лучше всего на асфальте) мелом расчерчивается игровое поле, которое представляет собой прямоугольник шириной приблизительно в 1 м и длиной — в 2—2,5 м.

Игровое поле расчерчивается на квадраты («классы») и нумеруется по порядку. Всего должно быть десять «классов». Перед игровым полем на расстоянии примерно 20 см от первого и второго «класса» проводится стартовая черта, а на противоположной стороне поля (после девятого и десятого «класса»

последовательно чертятся два прямоугольника, равные по ширине двум «классам». В первом из них пишется слово «огонь», а во втором — «дом».

Игра начинается. Игрок берет камешек и встает на стартовую черту. Первое, что должен сделать игрок, — это бросить камешек так, чтобы тот попал в первый «класс», не касаясь его границ. Если игроку удалось это сделать, то он может «поступить в первый класс», то есть прыгнуть на одной ноге со стартовой черты в первый «класс». Если ему это удалось, то, все так же стоя на одной ноге, он должен выбить камешек из «фигуры», то есть игрового поля, после чего прыгнуть назад на стартовую черту. Внимание: все это нужно проделать, стоя на одной ноге!

Если игроку все это удалось, то он имеет право перейти во второй класс: стоя на стартовой черте, попасть камешком в квадратик № 2. Дальнейшие действия игрока практически такие же, только вот прыгать на одной ноге ему придется чуть дольше: со стартовой черты игрок прыгает в квадратик № 1, а затем в № 2. Выбив камешек из игрового поля, игрок так же последовательно, но в обратном порядке, вновь достигает стартовой черты. Соответственно, чтобы перейти в третий класс, игрок должен попасть камешком в квадратик № 3 и прыгать на одной ноге, последовательно попадая со стартовой черты в клетки № 1, 2 и 3 и т. д.

Так игра продолжается до тех пор, пока игрок не пройдет все десять классов, ни разу не ошибившись при этом. Конечная цель игрока — попасть в «дом» — единственное место в игровом поле, где можно, наконец, встать на обе ноги. Однако «попасть домой» не так-то просто, поскольку путь к нему преграждает «огонь». Если игроку удастся перепрыгнуть на одной ноге через «огонь», не наступив при этом на его очерченные границы, то он считается победителем.

Естественно, что во время игры далеко не всегда получается все сделать правильно. Если игрок не попал камешком в нужный «класс», или не выбил ногой камешек из фигуры, или, прыгая, наступил на линию, то он должен уступить очередь другому игроку. Кроме того, играющего можно наказать за неловкость, оставив его «на второй год», то есть переведя на «класс» назад.

Но больше всего не везет игроку, который, бросая камешек, попадает в поле «Огонь»: ему придется проскакать на одной ноге через все классы, зажав при этом камешек под коленом свободной ноги (поджатой). Если при этом он не выронит камешек, то может продолжать игру.

Примечание. Некоторые игроки в этой игре достигают такого высокого уровня мастерства, что не просто выбивают камешек из фигуры, а «ведут» его из клетки в клетку. Но такое возможно лишь в том случае, если игрок достиг определенных навыков в игре.

- **Холодно-горячо**. Помогает искать предметы по ориентирам. Ведущий прячет предмет, а участники должны найти его, полагаясь на подсказки «горячо». 2

Холодно — горячо

Возраст: 5 — 8 лет.

Цель игры: научить детей находить предмет по ориентирам. Игра развивает сообразительность и способствует осознанному восприятию пространства.

Необходимое оборудование: игрушка средних размеров.

Ход игры. Это не групповая игра, в нее можно и нужно играть с одним ребенком. Водящий (взрослый) прячет игрушку незаметно от ребенка, а потом просит найти ее. Никаких предварительных указаний на то, где может находиться игрушка, водящий не дает, но помогает игроку, подсказывая ему словами «Холодно», «Мороз», «Тепло», «Еще теплее», «Горячо» и т. д. Этими словами водящий должен комментировать действия игрока: если тот отходит все дальше от места, где спрятана игрушка, водящий должен говорить «Холодно» или «Мороз», если подходит, то нужно говорить «Теплее», «Еще теплее». Ну а если игрок подошел совсем близко к игрушке, то нужно говорить «Горячо» или даже «Ой, обожжешься!». После того как игрушка найдена, можно поменяться ролями: игрок становится водящим и сам прячет игрушку.

Примечание. В эту игру нужно играть на ограниченном пространстве, в комнате или на площадке. Лучше всего играть все-таки в помещении: предметы мебели, занавески дают больше возможностей спрятать игрушку похитрее. Поначалу не стоит прятать игрушку далеко, а вот после того, как ребенок освоится с правилами игры, ее можно усложнить, пряча игрушку более искусно. Ребенку младшего возраста лучше поиграть со взрослым, а дети постарше могут играть в «Холодно — горячо» и между собой, деля между собой роли ведущего и игрока и обмениваясь ими после каждой удачной находки.

- **Резиночки**. Игра на ловкость и сноровку. Берут резинку не менее 4 метров в длину, завязывают в круг, в который становятся два участника, резинка натягивается за их ноги. Все остальные участники прыгают через эти две натянутые резинки. 2
- **Садовник**. Помогает развить быстроту движений, выучить названия цветов. Выбирают садовника, остальные участники называют себя именем какого-либо цветочка. Садовник, читая поговорку, в конце называет цветок. Если такой есть среди участников, цветок убегает, а садовник пытается его поймать. Потом они меняются местами. 2

Садовник

Возраст: 5 — 7 лет.

Цель игры: развить у детей быстроту движений. Игра также является обучающей, так как позволяет детям повторить (а также запомнить новые) названия цветков.

Ход игры. В игре принимают участие от шести до десяти человек. Из числа игроков выбирается «садовник». Каждый игрок из оставшихся так, чтобы «садовник» его не услышал, присваивает себе название какого-нибудь цветка: пион, роза, тюльпан и т. д. После этого игроки становятся в линию лицом к «садовнику» на расстоянии пяти-шести шагов. «Садовник» читает приговорку:

Я садовником родился.

Не на шутку рассердился.

Все цветы мне надоели, кроме

Далее «садовник» называет какой-либо цветок. Если такого среди игроков нет, он повторяет попытку, если же есть, то названный «садовником» игрок убегает, а «садовник» ловит его. После этого игра может продолжаться в двух вариантах.

♦ Вариант первый: поймав одного из игроков, «садовник» вновь произносит те же слова и называет следующий цветок, после чего игра идет по прежнему сценарию, пока «садовник» не поймает всех игроков.

♦ Вариант второй: поймав игрока, «садовник» меняется с ним ролями. При этом игроки должны заново распределить между собой названия цветов, потому как новый «садовник», конечно, знает, кто как назвался. Играть можно, пока это не надоест.

- **Городки**. Развивает меткость и точность. Чертят игровое поле, в центре ставят чурочки в ряд, и игрок должен с определённого расстояния сбить их битой. 12

Городки

Возраст: 7 — 8 лет.

Цель игры: развить у детей точность движений и меткость. Игра способствует выработке глазомера и значительному улучшению координации движений.

Необходимое оборудование: бита (постепенно утолщающаяся палка с круглым срезом длиной примерно 50 см) и пять цилиндрической формы чурочек длиной 15—20 см (диаметр среза — 5—7 см).

Ход игры. Играть в нее могут несколько игроков по очереди. Каждому игроку дается право сыграть самому, отдельно от других.

Для начала обозначают игровое поле. На земле или асфальте надо начертить квадрат со стороной в 1 м. Этот квадрат называется «город». В «городе» определенным образом расставляются «городки» — чурочки. Для начала можно просто поставить их в «городе» в ряд. Задача игрока — с определенного расстояния (для начала 6—7 шагов) попытаться выбить одним ударом все чурочки из «города». Если ему удалось вышибить хотя бы один

«городок», то он может повторять попытки до тех пор, пока все чурочки не окажутся вне «города». В случае промаха игрок уступает место следующему желающему попробовать свои силы.

Чурочки в игре располагаются определенным образом в виде так называемых фигур, каждая из которых состоит из пяти «городков». Например, можно составить фигуру «Пушка»: из четырех чурочек строится своеобразное «окошко», из которого «выглядывает пятая чурочка — «пушка».

Можно составить и фигуру «Звезда»: пять чурочек кладутся на землю так, чтобы концами они сходились к центру. В результате каждая чурочка представляет собой один луч звезды. Фигура «Вилка» состоит из трех чурочек, уложенных на небольшом расстоянии параллельно друг другу («зубьев вилки»), одной чурочки, положенной перпендикулярно им («основания зубьев»), и еще одной, параллельной ей и перпендикулярной основанию («ручки вилки»).

Можно придумать и свои фигуры и, играя, выбивать их из кона в строго определенной последовательности.

Горелки

Возраст: 5 — 8 лет.

Цель игры: развить у детей быстроту движений.

Ход игры. В ней может принимать участие нечетное число игроков, но не менее. С помощью считалки среди игроков выбирается водящий. Остальные игроки строятся в колонну парами. При этом игроки каждой пары встают, держась за руки, затылком друг к другу.

Водящий стоит лицом к игрокам на расстоянии нескольких шагов от первой пары игроков. По команде водящего игроки последней пары расцепляют руки и бегут (каждый со своей стороны колонны). Увернувшись от водящего, который старается поймать одного из игроков, они должны встать во главе колонны, вновь взявшись за руки и повернувшись спинами друг к другу. Если водящему не удалось поймать одного из игроков пары, он повторяет свою попытку, пока она не закончится удачей (при этом каждый раз бегут игроки той пары, которая в колонне оказывается последней). Если же водящему удалось поймать одного из игроков пары, он вместе с пойманным образует новую пару во главе колонны, а оставшийся без пары игрок сам становится водящим.

Русская народная приговорка

Гори-гори ясно,
Чтобы не погасло.
Глянь на небо —
Птички летят,
Колокольчики звенят.
Раз! Два! Три! Беги!

Чехарда

Возраст: 6 — 8 лет.

Цель игры: развить у детей навыки прыгания. Игра позволяет двигаться, способствует развитию ловкости движений, тренирует мышцы рук и ног, а также сердечно-сосудистую систему.

Ход игры. Игроки становятся друг за другом на расстоянии 3—5 шагов (оптимальное количество игроков — 5—7 человек). Игроки должны присесть, пригнувшись: нагнув голову и ссутулив спину, опираясь на согнутую в колене ногу. Последний игрок в цепи начинает игру. Его цель — перепрыгнуть через всех игроков. Сделать это он может лишь одним способом: опираясь руками о спину стоящего впереди игрока. Если ему удается таким образом перепрыгнуть через всю цепь игроков, то он становится впереди и сам пригибается, а игру продолжает другой игрок, оказавшийся в цепи последним.

«Изюминка» игры заключается в том, что после каждого кона, то есть после того, как по разу прыгнут все участники, играющие начинают постепенно выпрямляться, увеличивая таким образом высоту прыжка. Тот, кому прыжок не удается, выбывает из игры.

Примечание. Игроку можно и даже нужно совершать прыжки с разбега.

Собачки

Возраст: 5 — 8 лет.

Цель игры: развить у детей навыки бросания мяча, ловкость, быстроту движений.

Необходимое оборудование: резиновый или волейбольный мяч.

Ход игры. Одновременно играть могут трое человек. Двое игроков (один из них с мячом) становятся друг против друга на расстоянии приблизительно в 5—6 шагов. Третий игрок становится между ними. Он будет «собачкой». Игра начинается. Суть ее состоит в том, что двое игроков перебрасывают мяч друг другу. Задача «собачки» — подпрыгнув, перехватить мяч на лету. Если ей это удается, то она идет на место игрока, бросившего перед этим мяч, а тот сам становится «собачкой», после чего игра возобновляется. Играть можно до тех пор, пока это не надоест.

Штандер

Возраст: 7 — 8 лет.

Цель игры: развить у детей быстроту и ловкость движений. Игра закрепляет навыки бросания мяча и способствует выработке точности глазомера.

Необходимое оборудование: резиновый мяч небольших размеров.

Ход игры. В игре одновременно могут принимать участие до 10 человек. Среди игроков выбирается водящий. Игроки становятся в круг, водящий встает в его середину. Громко выкрикнув имя кого-то из игроков, водящий подбрасывает мяч. Игрок может либо поднять мяч с земли, либо поймать его на лету. Дальше действия разворачиваются по-разному в зависимости от того, как именно был пойман мяч. Если игрок поднял мяч с земли, то все остальные

игроки (включая водящего, который присоединяется к ним) разбегаются, а игрок пытается запятнать мячом кого-либо из них. Если ему это удалось, то запятнанный либо получает штрафное очко, либо выбывает из игры (смотря по предварительной договоренности игроков). После этого игра начинается заново.

Если игрок ловит мяч на лету, то игра разворачивается интереснее. Игрок с мячом вправе крикнуть «Штандер!», после чего все остальные играющие должны замереть на месте. Тем самым игроку дается прекрасная возможность осалить мячом любого из них, как следует прицелившись (ведь за промах он получит штрафное очко или выйдет из игры), но не сходя при этом со своего места. После того как один из играющих запятнан, игра возобновляется.

Кроме того, у игрока, поймавшего мяч, есть и другое право: чтобы не рисковать, он может сам выступить в роли водящего, то есть подкинуть вверх мяч, выкрикнув имя кого - либо из игроков, и тем самым начать игру заново.

Интересная ситуация получается в том случае, если игрок, которого «пятнают», ловит мяч. В этом случае он сам имеет право запятнать любого из стоящих рядом.

Примечание. Сложность игры заключается в том, что одновременно игрокам приходится и бояться мяча (как бы их не осалили), и постоянно держаться настороже, чтобы вовремя поймать мяч, если будет названо имя кого-то из них.

Калечина - малечина

Возраст: 7 — 8 лет.

Цель игры: …….

Необходимое оборудование: ровная палка или ветка произвольной длины (обычно 30-50 см), очищенная от коры.

Ход игры. Одной из любимых забав детей на Руси была игра «Калечина-малечина». Для игры находили ровную ветку произвольной длины (обычно 30-50 см), очищали её от коры. Начиная игру, участники держат палку на ладони громко и весело кричат:

«Калечина-малечина, сколько часов до вечера?

Раз, два, три, четыре…»

Счет велся до тех пор, пока палка не падала.

Далее, когда дети научатся держать палку на ладони, дети пытаются удержать палочку в вертикальном положении на одном из пальцев левой или правой руки; на колене, на носке ноги, на запястье; удерживать палочку, приседая. Для равновесия было необходимо шагать вперед, или назад, наклоняться, одним словом, балансировать всем телом.