Приложение 1

к программе дополнительного образования

«Народные игры»

Содержание русских народных подвижных игр

**«Горелки»**

Перед началом игры нужно выбрать водящего, того, кто будет «гореть»,— отсюда и название игры. Все участники игры встают парами друг за другом, водящий впереди, на расстоянии двух шагов от играющих. Участники игры говорят нараспев слова:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Стой подоле,

 Гляди на поле:

Ходят грачи

Да едят калачи.

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Как только пропоют эти слова, водящий должен посмотреть на небо, а дети последней пары отпускают руки и тихо пробегают вдоль колонны, один слева, другой справа. Когда они поравняются с водящим, все громко кричат ему:

Раз, два, не воронь.

Беги, как огонь!

Двое детей бегут вперед, ловко увертываясь от водящего, стараются взять друг друга за руки. Если они возьмутся за руки, то «горелка» им не страшен, они спокойно идут и становятся впереди первой пары, а водящий вновь «горит». Если водящий и при повторении игры не поймает бегущих, тогда он «горит» во второй раз. Если он и в третий раз никого не поймал, играющие могут спеть такую песенку:

Огарушек, огарушек,

Плохо стоишь —

Стань на черный камушек!

Совсем сгоришь!

Но если водящему удается поймать одного из убегающих, он встает с ним впереди всей колонны, а «горит» тот, кто остался без пары.

Игра продолжается до тех пор, пока не пробегут все пары.

Правила.

1. Водящий не должен поворачиваться назад.

1. Он догоняет убегающих сразу же после слов: «Беги, как огонь!»
2. Игроки последней пары начинают бег только с последними словами: «Колокольчики звенят!»

Указания к проведению. Горелки — очень веселая игра, играют в нее в теплое время года. Играющих может быть много, чем больше, тем веселее.

**Салка**

Водящий бегает за детьми и, стараясь кого-то осалить, приговаривает: «Я осалил тебя, ты осаль другого!» Новый водящий, догоняя одного из играющих, повторяет эти же слова.

Вариант. Водящий ловит кого-либо и у пойманного спрашивает: «У кого был?» — «У тетки».— «Что ел?» — «Клецки».— «Кому отдал?» Пойманный называет по имени одного из участников игры, и названный становится водящим. Игра повторяется.

Правила.

1. Водящий бежит только за одним из игроков.

2. Участники игры должны внимательно наблюдать за сменой водящих.

**Ловишки в кругу**

На площадке очерчивают большой круг, в середине его кладут палку, делят круг на две части. Все участники игры в ловишки встают на разные стороны круга. Ловишка, обегая палку, перебегает с одной стороны круга на другую и старается поймать кого-то из играющих. Пойманный становится ловишкой.

Правила. 1. Ловишка во время игры не должен перебегать через палку и выбегать за круг. Другие играющие перебегают через палку. Длина палки должна быть меньше диаметра круга.

**Филин и пташки**

Играющие выбирают филина, он уходит в свое гнездо. Подражая крику той птицы, которую выбрали, играющие летают по площадке.

На сигнал «Филин!» все птицы стараются улететь в свои гнезда. Если филин успеет кого-то поймать, то он должен угадать, какая это птица, и только тогда пойманный становится филином.

Указания к проведению. Перед началом игры дети выбирают для себя названия тех птиц, голосу которых они смогут подражать (например, голубь, ворона, галка, воробей, синица, журавль и т. д.). Гнезда птиц и филина лучше выбирать на высоких предметах (на пнях, скамейках и т.д.). Птицы от филина прячутся каждая в своем гнезде.

**Вариант.** Дети делятся на 3—4 подгруппы и договариваются, каких птиц они будут изображать. Затем подходят к филину и говорят: «Мы сороки, где наш дом?»; «Мы чайки, где наш дом?»; «Мы утки, где наш дом?» Филин называет место, где птицы должны жить. Птицы летают по площадке, на слово «Филин» прячутся в свои гнезда. Пойманную птицу филин должен узнать.

**Платок**

Все участники игры встают в круг. Водящий с платочком идет за кругом, кладет его на плечо одному из играющих и быстро бежит по кругу, а тот, кому положили платок, берет его в руку и бежит за водящим. И тот и другой стараются занять свободное место в круге.

Если игрок с платком догонит водящего и сможет положить ему платок на плечо, прежде чем тот займет свободное место в круге, тот вновь становится водящим, а игрок, отдавший платок, занимает свободное место. Если же убегающий первым встанет в круг, то водящим остается игрок с платком. Он идет по кругу, кому-то кладет платочек на плечо, игра продолжается.

Правила.

1. Дети не должны перебегать через круг.

2. Во время бега не разрешается задевать руками стоящих в круге.

1. Стоящие игроки не должны задерживать бегущих.
2. Играющие не должны поворачиваться в то время, когда водящий выбирает, кому положить на плечо платок.

Указания к проведению. Чем больше детей примут участие в этой игре, тем шире будет круг, а это значит, что нужно больше приложить усилий, чтобы занять свободное место. Дети в круге стоят друг от друга на расстоянии одного шага.

**Лошадки**

Все участники игры делятся на тройки, в каждой тройке кучер и две лошадки. Водящий по ходу игры подает различные команды, лошадки их выполняют, а кучер управляет и внимательно смотрит, точно ли выполняют лошадки все движения. Лошадки идут шагом, бегут галопом по кругу, поворачивают направо, налево и т. д.

На слова ведущего: «Лошадки, в разные стороны!» — кучер отпускает вожжи, и лошадки быстро разбегаются по площадке. На слова: «Найдите своего кучера!» — они как можно быстрее находят своего кучера. При повторении игры в каждой тройке кучер меняется.

Правила. 1. Лошадки должны точно выполнять все команды.

2. Кучер, чьи лошадки ошибаются, получает штраф — к его вожжам привязывают синюю ленточку.

Указания к проведению. Самой трудной в этой игре является роль водящего, который придумывает для лошадок различные движения. Поэтому, когда игра проводится впервые, роль водящего выполняет взрослый. В конце игры, чтобы тройки собрались вместе, можно дать новое задание: «Кучер, найди своих лошадок!»

Игра заканчивается, как только в тройке играющих все выполнят роль кучера. В конце игры отмечается лучшая тройка.

**Палочка-выручалочка** (Черная палочка)

Дети по считалке выбирают водящего. Он отбегает от них и встает лицом к стене. У стены лежит палочка-выручалочка. Водящий берет палочку, стучит по стене и говорит: «Палочка пришла, никого не нашла. Кого первого найдет, тот за палочкой пойдет». После этих слов он ставит палочку у стены и идет искать. Заметив одного из играющих, громко называет его по имени, быстро подбегает к стене, берет палочку, стучит ею по стене и кричит: «Палочка-выручалочка нашла... » (называет по имени играющего). Так водящий находит всех детей. При повторении игры должен водить тот, кто был найден первым.

Если игрок, которого нашли, добежит до палочки-выручалочки раньше водящего, он быстро берет палочку и со словами: «Палочка, выручи меня!» — стучит ею по стене, затем бросает ее как можно дальше и, пока ее ищет водящий, прячется. Водящий находит палочку, возвращается к условленному месту, стучит ею и громко говорит: «Палочка пришла, никого не нашла, кого первого найдет, тот за палочкой пойдет!»

Правила. 1. Водящий не должен подсматривать, когда дети прячутся.

1. Водящий говорит слова медленно, чтобы все дети могли спрятаться.
2. Он должен искать по всей площадке, не стоять возле палочки-выручалочки.
3. Дети могут перебежать с одного места укрытия в другое, пока водящий ищет палочку-выручалочку и ставит ее на место.

Указания к проведению. Эту игру хорошо проводить на лоткрытой местности. Обязательно нужно ограничить игровую площадку и показать детям несколько мест, где они смогут спрятаться (за кусты, деревья, пеньки, в канавку, в высокую траву).

Для проведения игры нужно сделать палочку-выручалочку из дерева длиной 50—60 см, покрасить в яркий цвет, чтобы ее хорошо было видно в зеленой траве.

Усложнение к игре.Можно, выручить игрока, которого нашел водящий. Если кто-то из играющих незаметно выйдет из укрытия, быстро подбежит к палочке-выручалочке, постучит ею по стене со словами: «Палочка-выручалочка, выручи... » — и назовет по имени выручаемого. Палочку бросает как можно дальше, и, пока водящий ищет ее, дети вновь прячутся.

**Стадо**

Играющие выбирают пастуха и волка, все остальные — овцы. Дом волка в середине площадки, а у овец два дома на противоположных концах площадки.

Овцы громко зовут пастуха:

Пастушок, пастушок.

Заиграй во рожок!

Роса сладкая.

Травка мягкая,

Гони стадо в поле.

Погулять на воле!

Пастух выгоняет овец на луг, они ходят, бегают, прыгают, щиплют травку. По сигналу пастуха «Волк!» овцы бегут в дом — на противоположную сторону площадки. Пастух встает на пути волка, защищает овец. Все, кого поймал волк, выходят из игры.

Правила. 1. Во время перебежки овцам нельзя возвращаться в тот дом, из которого они вышли.

1. Волк овец не ловит, а салит рукой.
2. Пастух только заслоняет овец от волка, но не должен задерживать его рукой.

**Горячее место**

На площадке проводят линию, за которой находится горячее место. В 3—4 шагах от него встает водящий. Дети расходятся по игровому полю.

Играющим нужно перебежать с игрового поля в горячее место и вернуться обратно, но водящий их не пускает. Тот, кого он осалил, остается за чертой в горячем месте. Как только водящий осалит шестого игрока, игра заканчивается. Все идут в поле, а шестой игрок становится водящим.

Побеждают те игроки, кому удалось несколько раз пробежать в горячее место.

Указания к проведению. Там, где горячее место, лежат ленточки. Играющие, кому удалось пробежать в горячее место, берут по ленточке. В конце игры по количеству ленточек можно узнать, кто из игроков самый смелый и ловкий. Если игрока с ленточками все-таки осалят, он одну ленточку кладет на место и остается за чертой.

**Перебежки**

На противоположных сторонах площадки отмечают линиями два дома, расстояние между ними 10—20 м. Участники игры делятся на две равные группы и занимают дома. В середине площадки стоит водящий. Игрокам нужно из одного дома перейти в другой. Водящий их не пропускает, он старается осалить перебегающих. Осаленный выходит из игры. Побеждает та группа, в которой оказывается большее число игроков в конце игры.

**Кружева**

Дети выбирают двух водящих, один из них — челночок, другой — ткач. Остальные встают парами в круг или полукругом лицом к центру. Дети в парах берут друг друга за руки и делают ворота. Челночок встает у второй пары, а ткач — у первой. По сигналу ткача челночок начинает бегать змейкой, не пропуская ворота, а ткач его догоняет. Если ткач догонит челночок прежде, чем он добежит до конца полукруга, то он становится челночком. Ребенок, бывший челночком, идет к началу полукруга, выбирает игрока первой пары и встает с ним на противоположном конце полукруга, игрок, оставшийся без пары, становится ткачом.

Если же челночок добежит до последних ворот и не будет пойман, то они с ткачом встают последними, а первая пара начинает игру. Один из игроков первой пары выполняет роль челночка, а второй — ткача.

Правила. 1. Челночок начинает игру только по сигналу ткача.

2. Ткач и челночок, пробегая под воротами, не должны трогать руками игроков, стоящих в парах.

**Щука и караси**

На противоположных сторонах площадки отмечают место норы, где от щуки прячутся караси. Щука живет в камышах.

Перед началом игры все караси собираются в одной норе. По сигналу они выплывают из укрытия и стараются перебраться на противоположную сторону реки. Щука выходит на охоту. Пойманные караси из игры не, выходят, они берут друг друга за руки и встают на середину игровой площадки, образуют сеть. Оставшиеся караси, переплывая с одной стороны площадки на другую, проходят через сеть. Пойманных становится все больше, сеть — все длиннее. Тогда из сети делают корзинку, играющие встают в круг. Участники игры при перебежке обязательно забегают в корзину. Игра заканчивается, когда щука переловит всех карасей.

Правило. Щука не должна заплывать в сеть и в корзину за карасями.

Указания к проведению. Чем больше играющих, тем интереснее проходит игра. Норы для карасей можно выделить простой чертой, но лучше натянуть шнур, под который караси подплывают. Места, где прячется щука (их может быть 3—4), нужно сделать по краям площадки.

Осаленные игроки могут сделать сеть, когда их не менее 3—4. Если щука в начале игры осалила, например, только одного игрока, то он стоит в стороне и ждет, когда их будет больше. Игроков, изображающих сеть, можно поставить в два ряда.

**Пирожок**

Играющие встают друг за другом, держась за пояс. Впереди стоит булочник, он ведущий, последний — пирожок. К булочнику подходит покупатель и спрашивает: «Где мой пирожок?» Булочник отвечает: «За печкой лежит». Последний игрок-пирожок кричит: «Я бегу, бегу!» С этими словами он бежит в сторону ведущего, а покупатель старается его поймать. Если пирожок успеет встать впереди ведущего, он становится булочником, а последний игрок — пирожком, и покупатель вновь идет покупать. Если же пирожок будет пойман, то он выполняет роль покупателя, а покупатель — булочника.

Правило. Покупатель не должен стоять на одном месте, после слов «За печкой лежит» он бежит в конец колонны и ловит пирожок.

**Казаки и разбойники**

Играющие делятся на две группы. Одна по жребию изображает казаков, а другая — разбойников. Разбойники разбегаются и прячутся. Казаки имеют свой дом (стан). Они уходят на ловлю разбойников, одного казака оставляют сторожить стан. Пойманных разбойников казаки приводят в стан. Игра кончается, когда все разбойники будут пойманы.

Указания к проведению. Игра особенно интересно проходит на лесной опушке, где есть деревья, кустарник, небольшие ямки. Тогда казакам труднее поймать разбойников. Иногда условливаются, чтобы пойманные разбойники становились казаками. Чтобы отличить разбойников от казаков, можно повязать косынки на шею или приколоть отличительный знак на рукав. Если игра проходит на опушке леса, то нужно ограничивать место, где должны прятаться разбойники.

**Прятки с домом**

На игровой площадке очерчивается дом. Выбранный детьми водящий встает около дома, закрывает глаза и ждет, пока все спрячутся. По сигналу идет искать детей. Каждого найденного он громко называет по имени, тот быстро выбегает из укрытия и бежит к дому, водящий его догоняет и старается запятнать. Запятнанный игрок становится водящим.

По ходу игры бывает и так, что найденный успел добежать до дома незапятнанным, тогда водящий снова водит, а играющий прячется со всеми вместе.

**Пожмурки**

На игровой площадке отмечают дом для водящего — жмурильщика. Он встает в дом, отворачивается, закрывает глаза, все играющие разбегаются и прячутся. Водящий выходит на поиски, найденного называет по имени и быстро бежит к своему дому. Игрок, которого нашли, старается догнать водящего и осалить до того, как он забежит в дом. Если это ему удается, то он кричит: «На кашу!» Все играющие выходят из укрытий, встают вокруг водящего и говорят слова:

Ем, ем кашку,

Ешь с нами,

Апонас,

Ем соломашку.

Догоняй нас!

После этих слов дети разбегаются, а водящий их догоняет. Кого он запятнал, тот становится водящим. Если водящий добежал до дома и его не запятнали, то он идет прятаться, а найденный встает на его место.

Правило. Водящий должен искать играющих по всей площадке.

**Лапти**

На середине площадки вбивают кол, к нему привязывают веревку длиной от 3 до 5 м. Вокруг кола на длину веревки проводят круг. Водящий берет свободный конец ее и встает у кола. Участники игры встают за кругом, поворачиваются спиной к центру и через голову перебрасывают каждый какой-либо предмет (например, мешочек с песком). Повернувшись к водящему, спрашивают его: «Сплели лапти?» Водящий отвечает: «Нет». Играющие спрашивают еще раз: «Сплели лапти?» — и слышат тот же ответ. Спрашивают в третий раз: «Сплели лапти?» — «Сплели!» — отвечает водящий. Тогда, дети бегут в крут и стараются взять свой предмет, а водящий караулит лапти: он бегает по кругу и пытается запятнать играющих. Тот, кого водящий запятнал, встает на его место. Играющие берут свои предметы, и игра начинается сначала.

Иногда водящему, сколько ни бегает по кругу, запятнать играющих не удается, и он вновь водит.

Правила. 1. Водящий бегает по кругу только на длину вытянутой веревки, за круг забегать ему не разрешается.

1. Если играющему не удалось взять свой предмет, то он выходит из игры.
2. Играющим за кругом разрешается переходить с одного места на другое.

4.Салить играющих водящий может только в круге.

Указания к проведению. Лучше игру проводить на большой площадке, в этом случае увеличивается расстояние для бега как играющих, так и водящих.

Игра проходит веселее, если в центре круга брошенные предметы охраняют двое водящих. Это создает определенные трудности для играющих.

**Игры с мячом.**

1. ***Поднебески, березы***(Вятская губерния), ***вершины, шесты, жерди ставить***(Пермская губерния). Играющий высоко бросает мяч кверху, и когда тот, упав, отскочит от земли, играющий ловит его.

2. ***Свечки.***Играющий сначала не очень высоко бросает мяч кверху и затем ловит его, во второй раз он бросает мяч вдвое выше, это называется двухкопеечная свечка, в третий раз бросает еще выше – трехкопеечная свечка.

3. ***Землянки***(Вятская губерния), ***гвозди ковать***(Пермская губерния). Играющий сильно ударяет мячом о землю; когда последний отскочит, то он снова бьет его ладонью, чтобы мяч опять ударился о землю, и т. д.

4. ***Хватки***(Вятская губерния), ***хамы***(Пермская губерния). Играющий берет мяч в руки, выпускает его книзу и тотчас же ловит на лету.

5. ***Вертушки, перевертушки, колачики***(Вятская губерния). Играющий укладывает мяч на ладонь, слегка подбрасывает его кверху и в это время подставляет оборотную, тыльную сторону руки, которой опять подбрасывает мяч кверху и отсюда ловит его уже в ладонь.

6. ***Первыши***(Вятская губерния). Игрок становится лицом к стене, бросает мяч кверху наискось, ударяя им о стенку, и когда тот, также наискось к играющему, попадает вниз, ловит его.

7. ***Катыши***(Вятская губерния). Мяч бросают к стене так, чтобы он покатился по ней, а затем ловят его.

8. ***Колеса, дуги, полозья гнуть***(Пермская губерния). ***Ключи, горы-подтесы***(Вятская губерния). Играющий становится лицом к стене, бросает в нее мячом таким образом, чтобы тот, ударившись об нее, полетел кверху и, описав полудугу, напоминающую полозья, опустился бы потом в руки бросавшего.

9. ***Водокачи***(Вятская губерния). Бросают мяч в стену, потом ловят его.

10. ***Быки***(Вятская губерния). ***Зайца гонять***(Пермская губерния). Играющий отходит от стенки, сильно бросает мяч в землю, но так, чтобы тот, отскочив, ударился об стену и от нее обратно к бросившему в руки. При этих движениях мяч образует такие петли, какие делает заяц, скрывая свой след от охотника, откуда и название фигуры – «ловить зайца». Название «быки» дано этой фигуре, вероятно, ввиду сходства ударов последнего рогами о землю и бросания ее кверху.

11. ***Пришлепы, пришлепыши***(Пермская губерния). ***Шлепки***(Вятская губерния). Играющий становится против стены, бросает в нее мяч: отскочивший от стенки мяч он бьет ладонью, стараясь, чтобы мяч опять ударился об стену, после чего ловит его руками.

12. ***Шары (глаза) пучить***(Пермская губерния). ***Через глазки, галки, вороны, зеваки***(Вятская губерния). Играющий встает спиной к стене, на близком расстоянии от нее, закидывает голову назад и упирается ею об стену, в этом положении он бросает мяч кверху (правой рукой – Пермская губерния), ударяет им об стену и, когда тот падает, ловит его руками (Вятская губерния), или только правой рукой (Пермская губерния).

13.***В пятую голову***(Симбирская губерния). Игрок бросает мяч об стену четыре раза, ловя его потом в руки. На пятый раз он должен ударить мячом об стенку, а затем подставить под него голову так, чтобы он при падении ударил в нее.

14. ***С головки***(Вятская губерния). Игрок бросает мяч в стенку так, чтобы тот при обратном падении упал ему на голову, которой игрок опять подшибает мяч так, чтобы другие не могли поймать его.

15. ***Одноручие***(Вятская губерния). Бросают мяч правой рукой и ловят правой же, потом бросают мяч левой рукой и ловят его той же.

16. ***Ручки***(Вятская губерния). ***Через ручки***(Олонецкая губерния). Опершись о стену левой рукой, играющий берет мяч правой, кидает его кверху из-под протянутой к стене руки и потом ловит его правой же рукою. Затем, упершись в стену правой рукой, играющий берет мяч левой рукой и ею бросает и ловит мяч из-под протянутой руки.

17. ***Ножки***(Вятская губерния). ***Через ножки***(Олонецкая губерния). Играющий упирается в стену сначала одной ногой, из-под которой бросает и ловит мяч, потом упирается в стену другой ногою и из-под нее опять бросает и ловит мяч.

18. ***Из-за уха.***Взявшись левой рукой за ухо и образовав таким образом полукруг, играющий затем три раза делает «лампаду» через этот полукруг. Потом такую же фигуру он проделывает через полукруг от второй руки.

19. ***В лоб***(Олонецкая губерния). Мяч ударяется об стену так, чтобы потом, отскочив от нее, попал в лоб играющего, который затем ловит мяч руками.

20. ***С холеньем***(Олонецкая губерния). Мяч ударяется о стенку, и, пока он летит обратно, играющий быстро трет себе лицо руками, как бы умывается. Мяч бросается во второй раз, и, пока он летит обратно, играющий утирается, после третьего раза – белится, румянится и т.д.

21. ***В ладоши***(Олонецкая губерния). Мяч бросается об стенку, и, пока он летит обратно, играющий хлопает в ладоши.

22. ***По бедрам***(Олонецкая губерния). Мяч ударяется об стенку, и, пока он летит, играющий ударяет себя по бедрам.

23. ***С одеванием***(Вятская губерния). Мяч ударяется об стенку, и, пока он летит обратно, играющий делает вид, будто он одевается, после второго бросания – будто обувается, после третьего – будто надевает шапку.

24. ***Моты мотать***(Тульская губерния). Мяч ударяется об стенку, и, пока он летит обратно, играющий делает вид, будто он мотает пряжу.

**О стенку**

**Защищай город**

Участники игры встают в круг на расстоянии одного шага, у всех есть маленькие мячи. В середине круга построен городок, т. е. поставлено несколько кеглей на таком расстоянии, чтобы между ними мог свободно пройти мяч.

Городок охраняют три сторожа. Играющие, стоя на одном месте, ногой посылают мяч в городок. Тот, кто, прокатывая мяч, собьет кеглю, встает на место сторожа.

Правила.

1. Мяч игроки должны только прокатывать.

1. Нельзя пропускать отбитый сторожем мяч за круг; кто пропустил мяч, выходит из игры.
2. Сторожам разрешается, защищая город, переходить с одной стороны круга на другую.

4. Сторож задерживает и отбивает мяч только ногой.

**Мяч в лунке**

Дети встают в круг, по считалке выбирают водящего, он стоит вместе с играющими. В центре круга в лунку кладут мяч. Дети, называя по имени водящего, говорят такие слова: «Коля, не спи, мяч быстрей бери!» Водящий бежит к лунке, а играющие в это время разбегаются. Берет мяч и кричит: «Стой!», называет одного из игроков по имени и бросает в него мяч. Если промахнется, то остается вновь королем, если попадет в игрока, то запятнанный становится королем. Игра повторяется; мяч кладут в лунку, водящий встает вместе с детьми в круг.

Правила. 1. Водящий должен бежать за мячом только после слов: «Быстрей бери!»

2. Ему не разрешается задерживать мяч, сразу же после слова «Стой!» он должен назвать игрока по имени и бросить в него мяч.

**Лунки**

На ровном месте играющие роют ямки — лунки на расстоянии 10—15 см одна от другой. Участников игры должно быть на одного больше, чем лунок. По сигналу дети бегут к лункам и занимают их (кладут маленькие камушки), располагаются по обе стороны лунок, кто остался без лунки, начинает игру. Он прокатывает мяч, и, как только мяч попал в одну из лунок, все играющие разбегаются. Ребенок, в чью лунку попал мяч, быстро берет его и кричит: «Стой!» Он старается осалить одного из играющих. Осаленный идет прокатывать мяч, а его лунку занимает тот, кто начал игру. Если же ребенок промахнулся, то он идет прокатывать мяч, а играющие встают у своих лунок.

Указания к проведению. Для игры в лунки выбирают ровное, хорошо утрамбованное место. Вдоль лунок с обеих сторон нужно положить палки, чтобы мяч не укатился в сторону и быстрей попал в цель. Прокатывать можно резиновые, набивные мячи, шары. Игра проходит интереснее в том случае, если играет не более 10 детей.

Народные забавы.

**Ходули.** Мальчики-пастухи (10—13 лет), уходя пасти овец, часто брали с собой ходули и устраивали состязания. При помощи длинных ходуль они без труда переходили вброд маленькие речушки.

Ходули изготавливают самостоятельно: вырезают палки с отростком в нижней части и обтёсывают так, чтобы на срезе отростка или между отростком и стволом могли свободно помещаться ноги. Соревнования проводятся на быстроту передвижения на ходулях.

Правила: во время игры нельзя касаться ногами земли, толкать игроков или каким-либо образом мешать им.

При подведении итогов состязания высота ходулей не учитывается.

**Накидушки.** С расстояния 3 м в течение 1 мин участник пытается накинуть на металлический штырь резиновое кольцо. При промахе команде прибавляется 30 с штрафного времени. Победитель определяется по наибольшему числу попаданий.

**Гонок.** Участник гонит железный обод (гонок), преодолевая препятствия, поставленные на пути. Состязания проводятся в форме эстафеты.

Правило: нужно не потерять контакт обода с держалом.

**Калечина-малечина.** Палку держат вертикально на кончике одного или двух пальцев руки. Нельзя поддерживать палку другой рукой. Чтобы палка не упала, приходится делать балансирующие движения и руной, и всем телом, шагать вперёд, назад, в сторону, наклоняться и т.д. При этом следят, сколько секунд удержится палка до падения, или приговаривают речитативом стишок:

 «Калечина-малечина,

Сколько часов до вечера? Раз, два, три...».

Когда палка падает, её надо подхватить другой рукой, не допуская окончательного падения на пол (на землю). Счёт ведётся только до подхвата её рукой, а не до падения на землю. Победителя определяют по величине числа, до которого он досчитал, прежде чем уронил палку.

Правило: счёт ведёт сам держащий палку, причём с оговоренной скоростью, иначе его результат не засчитывается.

**Кубарь.** Кубарь был известен ещё древним грекам. В Древней Руси игры с кубарём были, видимо, одними из самых распространённых.

Простейшие кубари вытёсывались топором и ножом из деревянного цилиндра (диаметром от 4 до 8,5 см и высотой от 5 до 11 см) путём стёсывания его нижнего конца до формы конуса.

Обязательной принадлежностью игр с кубарём является кнутик (верёвочка на короткой палке или просто верёвочка длиной 50—80 см), с помощью которого кубарь раскручивается до быстрого и устойчивого вращения. Играют дети школьного возраста по 2—10 человек или в одиночку.

**Примеры русских народных считалок**

Раз, два, три, четыре,

Пять, шесть, семь,

Восемь, девять, десять.

Выплывает

Белый месяц!

Кто до месяца дойдет,

Тот и прятаться пойдет!

Катилося яблочко

Мимо сада,

Мимо огорода,

Мимо частокола;

Кто его поднимет,

Тот вон выйдет!

* Заяц белый, Куда бегал?
* В лес дубовый!
* Что там делал?
* Лыки драл!
* Куда клал?
* Под колоду!
* Кто украл?
* Родион.
* Выйди вон!

Катился горох по блюду.

Ты води,

А я не буду.

* Чики-брики, ты куда?
* Чики-брики, на базар.
* Чики-брики, ты зачем?
* Чики-брики, за овсом!
* Чики-брики, ты кому?
* Чики-брики, я коню!
* Чики-брики, ты какому?
* Чики-брики, вороному!

Ходит свинка

По бору,

Рвет траву-мураву.

Она рвет,

И берет,

И в корзиночку кладет.

Этот выйдет,

Вон пойдет.

Первинчики,

Другинчики,

Летели голубенчики

По утренней росе,

По зеленой полосе.

Здесь яблоки, орешки,

Медок, сахарок,

Поди вон В уголок!

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло,

Стой подоле,

Гляди на поле.

Едут там трубачи

Да едят калачи.

Еду-еду

К бабке, к деду

На лошадке

В красной шапке.

По ровной дорожке

На одной ножке,

В старом лапоточке

По рытвинам, по кочкам,

Все прямо и прямо,

А потом вдруг... в яму!

Бух!

**Тест-карта «Русские народные традиции и обычаи»**

Задание 1. Ответьте на вопросы (каждый правильный ответ 1 балл):

1. 14 сентября на Руси отмечали большой праздник – «Сентябрьское новогодье». В этот день существовал обычай: сажать мальчиков на коня, приобщая его к мужскому делу, справлять новоселье, начинались девичьи посиделки.

Как назывался этот день?

А) Осенины

 **Б) Семенов день**

В) Воздвижение

2. Какой праздник отмечали 27 сентября, его назвали началом капустных вечерок?

**А) Воздвижение**

Б) Крещение

В) Благовещение

3. Кто вспомнит, как справляли Капустные вечера?

Ответ: В этот день девушки, принарядившись, хаживали из дома в дом — рубить капусту. Капустницы, входя в дом, поздравляли хозяев с урожаем капусты, как с праздником. Капусту рубили с весёлыми песнями; гостьям подносилось угощение.

4. 14 октября, по древнему поверью, окончательно наступает осень. В этот день осень с зимой встречается, а еще говорят, что перестают по лесам бродить лешие. Что это за праздник?

А) Святки

Б) Пасха

**В) Покров день**

5. «Кузьминки - по осени поминки» - так звучит старинная русская поговорка. Когда отмечали праздник кузьминки и почему его так называли?

 А) 14 сентября - это праздник сбора урожая.

Б) 14 октября - это праздник первого снега.

**В) 14 ноября, день Кузьмы – Демьяна – это праздник встречи зимы и проводов осени.**

6. Праздник начинается вечером 18 января, в этот день совершается Великое водоосвящение. Этой священной водой лечат раны, окропляют каждый уголок своего жилья, чтобы в доме был порядок и покой. Что это за праздник?

**А) Крещение**

Б)Сретенье

В) Благовещение

6. От него пошёл отсчёт, календарь листают,

День рождения Христа, люди отмечают!

Когда на небе яркой вспышкой, зажглась прекрасная звезда,

На свет малютка появился, в загоне тёмном для скота!

Божий Сын на свет явился, купол неба осветился,

В Вифлееме ночь была, что это за праздник?

А) Осенины

Б) Троица

**В) Рождество**

7. На Сретенье зима с весной встречается,

А праздник когда отмечается?

**А) 15 февраля**

Б) 15 марта

В) 15 января

8. Какие народные традиции существовали в этот праздник?

Ответ: На Сретение скотину хорошо откармливают, например, курицам дают овёс, чтобы яйца были крупнее и их было больше. Селяне пекут толстые и круглые блины, – мол, возвращайся к нам, весеннее солнце, выходи из затяжной зимней спячки.

9. Праздник носит название птицы и отмечают его 22 марта. Как он называется?

А) Грачи

Б) Вороны

**В) Сороки**

**10. Напишите** об обычаях этого праздника?

Ответ: На Сороки пекли из теста "Жаворонков". Бабушки дарили "жаворонков" своим внучатам, а те выбегали на улицу, созывали со всей деревни друзей да товарищей, весну закликали, насаживали угощение на палочки и начинали в игры играть.

11. 7 апреля ангел принес Деве Марии весть о том, что она станет матерью "сына Божия". Это один из самых больших праздников весны. В старину говорили, что в этот день "красна девица косы не плетет, птица гнезда не вьет", все должны отдыхать. По преданию старины, нарушила этот обычай кукушка, попробовала свить гнездо, да наказана была тем, что никогда не будет иметь своего родного гнезда и вынуждена класть яйца в другие гнезда.

Как называется праздник?

**А) Благовещенье**

Б) Троица

В)Пасха

12. Накануне этого праздника нарядно одетые христиане, с куличами, да «крашанками» шли в храмы на торжественную Всенощную. Перед наступлением полуночи раздавались колокольные перезвоны, извещающие о приближении момента Воскресения Иисуса Христа. Под колокольные перезвоны начинался крестный ход вокруг соборов. Что это за праздник?

А) Ильин день

**Б) Пасха**

В) Крещение

13. Это праздник покровительствует семье и любви, а отмечают его 8 июля, как он называется?

**А) День Петра и Февронии**

Б) Медовый спас

В) Сороки

14. Что вы знаете от этом празднике?

Ответ: традиции праздника - купаться без оглядки, так как считалось, что в этот день русалки уходят с берегов и засыпают в водоемах. В старину с этого дня начинались свадьбы.

15) Есть в августе у христиан два замечательных праздника с общим названием "Спас". Назовите их?

А) Вишневый и малиновый

Б) Арбузный и виноградный

**В) Медовый и яблочный**

**16.** Расскажите о традициях медового спаса?

Ответ: Считается, что в этот день (14 августа) пчелиные улья наполнены до отказа, начинается сбор меда.

17. Расскажите о традициях яблочного спаса?

Ответ: Согласно традиции нужно угостить яблоками сначала всех родных, потом сирот, а затем съесть яблоко самому. 19 августа принято провожать закат солнца с песнями, а с ним и провожать лето.

Задание 2 Отгадайте кроссворд (каждый правильный ответ 2 балла)

1. Небольшой стихотворный текст, обычно предназначенный для выбора участника игры. **(Считалка)**.

2. Художественное произведение волшебного или бытового характера основанное на вымысле. **(Сказка).**

3. Краткий стишок, забавный и легко запоминающийся. **(Потешка)**

4. Вид женской одежды в виде платья без рукавов. **(Сарафан)**

5. Элемент мужской одежды из ткани в виде широкого пояса. **(Кушак)**

6. Форма вокальной музыки, объединяющая поэтический текст и мелодию. **(Песня)**

7. Часть женской и мужской нательной одежды с рукавами. **(Рубаха)**

8. Героико-патриотическая песня-сказание, повествующая о подвигах богатырей и отражающая жизнь. **(Былина).**

Оценка выполнения тест-карты 24 - 30 б. – высокий уровень, 16 - 23 б. – средний уровень; 15 б. и меньше – низкий уровень.