

ИГРЫ НА ЗАНЯТИЯХ ПО «СИСТЕМЕ» М.В. РЯБКО

Наступашки

Дети стоят по парам лицом друг к другу, можно партнёра взять за руки (чтобы далеко не убежала). По команде дети одновременно стараются наступить носком своей ноги на ногу партнёра, при этом стараясь не дать наступить на свои ноги.

Петушьи бои

Дети стоят по парам лицом друг к другу на одной ноге, другую, согнув в колене, держат рукой за спиной. Задача: грудью толкнуть партнёра, заставив его встать на обе ноги или потерять равновесие.

Собачья борьба

Дети располагаются парами в упоре лёжа, лицом друг к другу и стараются заставить партнёра потерять равновесие и полностью лечь на пол. Делают это вытягиванием опорной руки партнёра или опираясь весом на него сверху, или провоцируя его потерять равновесие при атакующем движении.

Чехарда

Один игрок наклоняется вперёд, опираясь руками в колени, поджав голову к подбородку, другой или несколько через него прыгают, опираясь на спину, затем — его очередь прыгать. У игры много вариантов.

Ладушки

Дети стоят по парам лицом друг к другу. Один игрок вытягивает руки вперёд ладонями вниз, другой кладёт ладони сверху. Задача у водящего (ладони внизу) — быстро вытащить их и ударить по ладоням партнёра сверху, другой же старается их вовремя убрать. Положение рук меняется, когда водящему удаётся попасть по ладоням партнёра.

Растяпа

В игре принимают участие нечётное количество игроков и музыкант. Дети встают парами по кругу в затылок друг за другом, лишний — в центре. Пока звучит музыка, те, кто спереди находится в парах (внутренний

круг), пляшут в центре, те, кто сзади, — стоят (они «столбики»). Когда музыка прекращается, танцующие должны быстро забежать за «столбики», одному места не хватит, он — Растяпа. Растяпа громко считает: «Раз, два, три!» — остальные хором отвечают: «Растяпа ты». вновь играет музыка, снова внутренний круг, бывшие «столбики», выходят плясать в центр и т.д. Если растяпой остаётся один и тот же человек второй раз, он уже считает до пяти, все отвечают: «Растяпа ты опять!» Третий раз — до семи: «Растяпа ты совсем!» Четвёртый раз или просто под конец игры — до восьми: «Растяпу мы забросим!» после этих слов можно вместе подбросить Растяпу. Музыкант в этой игре является и ведущим, и судьёй. Следит, чтобы все добросовестно плясали и активно перемещались в центре, а не топтались, караулили место у столбика, решает спорные вопросы, хранит доброжелательную атмосферу игры.

Ворон

Вариант с диалогом

Все становятся цепочкой друг за другом, крепко держась за пояс соседа, впереди стоящего. Перед ними находится ворон, он ведёт диалог с первым в цепочке (курицей, уткой):

- Ворон, ворон, что делаешь?
- Ямку копаю.
- А зачем?
- Копеечку ищу?
- Копеечка зачем?

- Иголку куплю.
- А иголка зачем?
- Мешочек сошью.
- А мешочек-то тебе зачем?
- Твоих цыплят (утят) ловить.

Тут ворон бросается догонять хвост цепочки, а передний (курица, утка) преграждает ему путь, только не борется и не держит ворона руками. Когда ворон поймает последнего в цепочке (цыпленка, утенка), можно либо поменяться ролями, ворон становится курицей или петухом впереди цепочки, а пойманный только что — вороном, либо ворон вылавливает весь хвост по одному человеку, и пойманные выходят из игры. Догонять можно под музыку либо под какой-нибудь «боевой клич» утят, цыплят, к примеру: «Га-га-га», «Пи-пи-пи».

Вариант с песней

Дети также выстраиваются цепочкой друг за другом в колонне по одному и берут за пояс впереди стоящего. Все вместе поют:

Ворон, ворон, вороватенькой,
Ворон, ворон, вороватенькой,
У вороны глазки жирненьки,
А у нас-то глазки сухоньки.

Как только песня кончается, голова (тот, кто стоит впереди колонны) ловит хвост (того, кто в конце колонны). Пойманный хвост становится впереди колонны, теперь он — голова. Колонна выравнивается, и игра повторяется вновь.

Вороны-воробьи

Дети делятся на две команды и садятся на корточки спиной друг к другу вдоль воображаемой линии, которая делит «игровое поле» пополам. Одна команда — вороны, другая — воробьи. Ведущий, на своё усмотрение, подаёт команду: «Вороны!» либо «Воробьи!». Когда он кричит: «Вороны!» — команда ворон убегает от воробьёв в свой домик, и наоборот, когда кричит: «Воробьи!» — убегают воробьи, догоняют вороны. Домики находятся на противоположных концах за границами «игрового поля». Те, кого поймали, переходят в другую команду. Игра продолжается до тех пор, пока все не станут либо воронами, либо воробьями. Но на практике играть можно сколько угодно долго, т.к. по сути дела, ведущий регулирует численность «птиц разной породы». Шутки ради ведущий может сказать другое слово, например, «ворота», и посмотреть реакцию. В игре нет проигравших, она приносит только положительные эмоции.

Невод

Дети бегают врассыпную, они — рыбы. Двое держатся за руки, они — невод. Невод под музыку «ловит» рыб, т.е. он должен сомкнуться вокруг рыбы. Кого поймали, тот становится в невод. И так до тех пор, пока не поймаются все рыбы. Как вариант, на игровой площадке может появиться «суша» — место, куда «заплывать» нельзя. Кто туда забежит, автоматически попадает

в невод. Музыкант, чтобы разнообразить игру, может спрашивать детей, какие именно они рыбы, шуточно комментировать игру, он же решает спорные моменты и поддерживает общую дружественную обстановку.

Ремешок

Вариант круговой

Участники стоят по кругу, не держась за руки. Водящий ходит кругом, задевает кого-нибудь ремешком, бросает ему в ноги ремень и убегает. Тот, в свою очередь, должен догнать и задеть ремешком убегающего. Если ему это удаётся, то теперь он бросает в ноги ремень и убегает и т.д. Главное в игре — быстро меняться. Для этого убегающий встаёт впереди любого стоящего в кругу, как бы вытесняя того. Теперь бежит оставшийся без места.

Вариант линейный

Игроки сидят в ряд в одном конце игровой площадки, в другом находится обозначающий предмет: стул, пенёк и т.п. вдоль сидящих ходит водящий с ремешком. Он задевает кого-нибудь, бежит до пенька, кладёт на него ремешок, оббегает и возвращается на свободное место. В это же время тот, кого задела, бежит следом, берёт ремень, оббегает пенёк и должен задеть ремешком водящего до того, как тот сядет на место. Если успели зажать, то бежит обратно к пеньку, кладёт ремень, оббегает, бежит на место, теперь ударить должен

успеть водящий и т.д. пока кто-нибудь не успеет сесть. Тот, кто остался с ремнём, становится водящим. Игра начинается вновь.

Коршун

Коршун появляется во время разминки. Его роль играет либо помощник, либо один из детей. Он «летает» по кругу вслед за детьми. Задача не догнать, а просто «погонять» ребят, но можно, для задора, пощипать отстающих. Коршун время от времени меняет направление, дети тоже должны быстро повернуть в обратную сторону.

Иногда игра может принимать неожиданный поворот: дети, по команде преподавателя, издают «боевой клич гусят» («га-га-га»), и все нападают на коршуна, щипают и щекочат его. Отсюда мораль: вместе можно и коршуна победить.

Всё происходит под музыку. Игра позволяет сделать привычный и однообразный бег по кругу во много раз интересней.

Белочки, орехи и куница (или соболь)

Орехи или предметы, их изображающие, разбросаны по залу. Дети (белочки) стоят на лавках. Когда заиграет музыка, белочки (дети) спрыгивают с лавочек и собирают орехи (мячики), когда музыка замолкает, нужно быстро забраться в дупла (на лавочки). Тех, кто медлит, щекочат соболь (взрослый), пока не залезут на лавочку, кто же сильно

увлекается сбором орехов, того он ловит. Пойманные соболем дети теряют орешки и встают на лавку без них. Затем белочки считают свои орешки и разбрасывают их по залу, чтобы играть снова.

Бабочки

В зависимости от количества игроков, может быть один или несколько водящих, у них в руках обручи. Все остальные — бабочки. Водящий должен поймать бабочку, накинув на неё обруч. Теперь он стал бабочкой, а пойманная бабочка — водящим.

Часы

Звучит команда: «В круг становись!» — дети быстро выстраиваются в круг. Преподаватель с балалайкой становится в центр, он изображает часовую стрелку и ведёт разговор с детьми. Рассказывает, что такое циферблат. Изображает какое-нибудь время, допустим 12 часов. Потом плавно ведёт стрелку и вместе с детьми проговаривает изменения: «Один час, два часа» и т.д. Объясняет, что в сутках два раза по двенадцать часов. Теперь все проговаривают: «Три часа дня, четыре часа вечера, пять часов вечера» и т.д. Затем спрашивает, во сколько дети ложатся спать. Уговариваются, например, в девять вечера. Продолжают проговаривать изменение стрелки, в момент девяти вечера должны изобразить, что ложатся спать. Договариваются, когда встают, изображают в этот момент стрелки: как потягиваются, про-

сыпаются. Продолжают считать: «Восемь утра, девять утра». Преподаватель спрашивает, допустим, что они делают в десять часов. Дети показывают что, и так проходят весь день.

Следующий этап — преподаватель изображает какое-то время. Дети должны мысленно разделить круг на сектора и сами догадаться, какой час показывает стрелка. Для начала лёгкие задания: 3 часа, 6 часов, 12 часов. Потом — усложнить. Можно придумать и другие вариации игры.

Бесстрашные самолётики

Дети залазят на возвышенность (подоконник, стол) и оттуда должны упасть с закрытыми глазами, не сгибая колени, на руки преподавателя (либо помощника). Он поднимает ребёнка вверх и «катает» по воздуху. А «самолётик» должен открыть глаза, расправить «крылья» и гудеть как настоящий.

Авария на корабле

Дети на лавочке (корабль) танцуют под музыку. Звучит объявление: «Авария на корабле!» — вызывается спасательная команда. Обычно это помощники либо дети, сами пожелавшие записаться в спасатели. Они с кругами или другими спасательными приспособлениями «подплывают» к кораблю и забирают «на берег» по одному человеку. Главное условие — спасутся все, только если будет соблюдаться очередь: первые девочки, затем ребята помладше, потом стар-

шие. Если происходит сбой, объявляется, что корабль утонул, никто не спасся.

Спасательные жилеты

Как вариант предыдущей игры, для того чтобы спастись, необходимо за определённое время надеть спасательные жилеты и помочь соседу. Если хотя бы один не успеет, вся команда объявляется погибшей.

Тараканы

Игра — противостояние тараканов (дети) и инспекторов СЭС (помощники, ребята постарше). Тараканы забиваются в один угол, а инспекторы должны их перетащить в другой. Тараканы активно сопротивляются, барахтаются и убегают обратно. Они могут крепко держаться на своём месте за решётки на чугунной батарее и окнах и т.п.

Пастух и барашек

Один из игроков — барашек, другой — пастух, остальные — волки. Волки, кувыркаясь, нападают на барашка, барашек убегает, уворачивается, а пастух защищает его ремешком.

Жига (казачья игра с папахой и нагайкой)

Водящий с папахой на голове, посаженной на глаза, машет перед собой нагайкой, стараясь к себе никого не подпустить. Остальные дети вокруг стараются выхватить момент и снять с него папаху, при этом не быть задетым. Тот, кто снял папаху, становится водящим.

Пятнашки

Выбирают с помощью считалки ведущего, он — «пятнашка». Дети разбегаются. Пятнашка пытается догнать и коснуться рукой других детей. Того, кого засалил пятнашка, вместе с ним ловит остальных.

Живой плетень

В игре принимают участие три группы детей: старшие школьники, младшие и дошкольники. Старшие школьники стоят в ряд, положив друг другу руки на плечи. Они образуют живой плетень, через который должны перелезть малыши-дошкольники, а ребята из средней группы им помогают и подстраховывают.

Круги и акулы

Круги — спасательные лодки (обручи) плавают в море (лежат на полу зала), дети через них прыгают. Музыка прекращается — появляются акулы (более старшие дети, помощники). Акулы пытаются захватить тех, кто не успел «спастись» (встать в центр круга). Можно забегать в любой круг, могут спастись вместе в одном кругу несколько человек. Акулы уносят оставшиеся круги и тех, кто не успел спрятаться. Теперь они должны замереть «на берегу» (на краю игровой площадки) и внимательно наблюдать за игрой, обдумывая, как можно в следующий раз не попасться акуле. С каждым разом кругов становится всё меньше и меньше, а когда остаётся один круг, игра заканчивается.

Деревья, летучие мыши и слоны

Помощники, старшеклассники или взрослые становятся на площадке, изображая деревья: руки согнуты в локтях (ветки дерева), чтобы на них можно было повиснуть. В игре есть день и ночь, они обозначаются разной музыкой. Ночью летучие мыши (дети) «летают» вокруг «деревьев», махая «крыльями». А днём они должны залезть, повиснуть на «дереве». Тем, кто не успел повиснуть, оттаптывает ноги «слон» (ещё один помощник либо ребёнок постарше), заставляя карабкаться на дерево и убрать ноги с пола.

Живые деревья

Дети постарше или взрослые встают в круг, изображая деревья. Они поднимают руки («ветки») в разные положения, и между ними образуются проходы. Во время музыки дети бегают между деревьями. Неожиданно музыка меняется на более тревожную, и деревья ловят тех, кто пробегает мимо, причём расходиться деревья не могут. После остановки музыки те, кто был в центре круга или в руках у дерева, становятся деревьями.

Волшебный сад*Вариант № 1*

Дети просят у дракона похорошему волшебных яблок, но дракон не даёт, рычит и бросается на них. Начинает играть медленная музыка, дракон засыпает. Дети в это время пробегают в сад и берут яблоки или арбузы (если мячи большие). Музыка обрывается — дракон

легонько бьёт хвостом, заставляя быть более ловким и шустрым.

Вариант № 2

Дети стоят за границей сада (лавочки, подушки). Дракон бьёт на входе хвостом (плёткой). Нужно пробежать в сад, взять яблоко и выбежать обратно между его ритмичными ударами. У кого не получается, того дракон легонько бьёт хвостом, заставляя быть более ловким и шустрым.

Кони и всадники

Кони, помощники, стоят на четвереньках. Всадники (дети) должны «оседлать» (залезть) на коней. Кони, в свою очередь, не даются: увёртываются, поворачиваются так, чтобы было неудобно залезать. Для детей помладше есть вариант с черепахами. Черепахи просто ползут на четвереньках из одного конца зала в другой, а малыши должны суметь залезть на них на ходу.

Жмурки

У ведущего завязаны глаза, он ловит остальных на ощупь, прислушиваясь к звуковым сигналам (хлопками, топоту ног, смеху). Кого поймал, тот становится ведущим.

Слоны и моськи (с обручами)

Дети с обручами в руках «моськи», бегают за «слонами» (старшеклассники, взрослые) и стараются накинуть обруч на них, «слоны» увёртываются, поднимают руки вверх, чтобы труднее было накинуть обруч на них. Пойманный «слон» ста-

новится на четвереньки и некоторое время катает на себе «моську», иногда не одну, это зависит и от размеров «слона».

Пресс (две шеренги)

Две шеренги взрослых с разных концов зала смыкаются, дети пробегают между ними. Кто не успел пробежать и попал между стенок «пресса», встаёт в любую шеренгу. Продолжают смыкать и размыкать шеренги, всё ускоряя движение, пока всех не переловят.

Быки и пастухи

Игра по ролям в парах. Один изображает быка, другой с куском материи (футболкой) — пастуха. Бык, вытянув руки (рога), налетает и пытается задеть тело пастуха, тот увёртывается и подставляет «быку» тряпку. Если «бык» задевает, роли в паре меняются.

Танцы и воздушный налёт

Дети стоят на лавочках и выполняют под музыку произвольные танцевальные упражнения. Музыка обрывается (взрослый в это время звуками изображает полёт самолёта и взрывы бомб), дети спрыгивают с лавочек и как можно быстрее прячутся под лавку или ложатся на пол и притворяются неживыми. Взрослый ищет детей, которые выдают себя движением рук или ног, взглядом или напряжением, выдавший себя уносится с игрового поля (как вариант, уносится Змеем Горынычем на край Земли — игровой площадки).

Золотые ворота

Двое ведущих встают друг напротив друга, берутся за руки и поднимают их вверх, образуя «золотые ворота». Остальные участники выстраиваются один за другим гуськом, берутся за руки, исполняют песенный припев и проходят в ворота. На последнем слове ведущие опускают руки и закрывают ворота, задерживая одного человека. Он встаёт с ними в один круг. Вновь поётся припев, цепочка детей проходит сквозь этот круг в разных направлениях. Теперь «золотые ворота» стали шире и могут поймать больше детей — всех, кто окажется в кругу на момент окончания песенки. Игра продолжается, пока все не окажутся в кругу.

Зайныка

Дети и взрослые (помощники) ходят по кругу, держась за руки, и поют песенный припев. В центре круга — зайцы, один или несколько маленьких детей. Задача зайцев — суметь вырваться из круга, пока звучит первая часть припева:

Ой, некуда зайныке выскочить,
Ой, некуда серому выпрыгнуть.
Города турецкие,
Ой, замочки немецкие.

Остальные участники мешают им выпрыгнуть, не выпускают. На второй части песенки зайцы возвращаются в центр и пляшут, прыгают под музыку:

Ой, ну-ка, заяц, чокотом-бокотом
Перед нашим хороводом,
Ну-ка, заяц, развернись,

Всем девчонкам поклонись,
Ещё выбирайся.

В конце зайцы выбирают других участников вместо себя, и игра начинается заново.

Звери в домиках

В игре есть водящий «волк» и 3 команды по 3–5 человек («белки», «зайцы», «мышки»). На площадке на полу кладут 3–5 обручей на расстоянии 5 метров друг от друга — это домики зверей, каждая команда занимает один из них. Преподаватель командует: «Мышки! Зайцы!» Названные группы должны поменяться местами-домиками. Если во время перебежки водящий («волк») поймал кого-либо из участников, то пойманный становится в домик «волка», а «волк» продолжает ловить, пока не переведёт всех зверей в свой домик. Преподаватель может поменять «волка», не дожидаясь, пока он всех поймает.

Волки и овцы

Дети делятся на две команды — «волки» и «овцы», у каждого игрока команды «овечек» сзади закреплена за пояс лента (хвостик). По команде «овцы» разбегаются, а «волки» за ними бегают и стараются выдернуть ленту (хвостик). Тот, у кого выдернули ленту, становится «столбиком» и, расставив руки, мешает пробегать «волкам». Игру заканчивают по команде преподавателя. Если за это время команда «овечек» сохранит хоть одну ленту, то считается победившей. Затем команды меняются ролями.

Собачка

Дети становятся по кругу на расстояние вытянутой руки друг от друга. Инструктор выбирает очень быстрого и шустрого водящего, он встаёт за круг напротив того игрока, у которого в руках мяч. По свистку инструктора игроки начинают передавать мяч друг другу. Водящий старается коснуться мяча, как на лету, так и во время, когда мяч находится в руках у игрока. И в том, и в другом случае игрок меняется местом с водящим. Бросать мяч можно только соседу с правой или с левой стороны. Тот, кто нарушит это правило, становится водящим.

Горячий мяч

Дети становятся в круг. Инструктор даёт мяч, и по команде: «Начали!» — игроки начинают передавать мяч друг другу в одном направлении. По команде инструктора: «Стоп!» — передача мяча прекращается, а игрок, у которого он остался в руках, садится в центр круга игры. Когда несколько детей набирается в центре круга, мяч по сигналу: «Горячо», — подбрасывают, и сидящие в кругу подпрыгивают, чтобы его поймать. Поймавший мяч вновь становится в круг.

Заяц без домика

С помощью считалки выбирают двух водящих: один — «охотник», другой — «зайчонок», не имеющий домика. Остальные дети становятся в обручи, расположенные по всей площадке, это

«зайчата». Обручи размещаются на разных сторонах площадки на расстоянии 2–3 метров друг от друга. Обруч — это домик для зайчика. По команде инструктора: «Заяц, беги!» — охотник начинает ловить зайца без домика. Заяц, спасаясь от охотника, может вбежать в любой домик. Тогда заяц, находящийся там, должен выбежать и найти себе другой домик. Если охотник поймает зайца, то они меняются ролями.

Ураган

Дети бегут по периметру зала с мячами в руках, в это время преподаватель играет на музыкальном инструменте, а в ногах у него пылесос. Неожиданно появляется гул урагана (преподаватель нажимает ногой на кнопку пылесоса), и дети должны на бегу мягко приземлиться на пол, закрыть собой мяч или, крепко прижав его, замереть. Помощники проверяют, насколько дошкольники затаились и крепко ли они держат мяч. У незатаившихся и некрепко державших мяч уносится «ураганом» и прячется в этой же комнате. Игра продолжается, те, кто потерял мяч, ищут его, остальные продолжают движения с мячом. 🐾