

«Русские народные игры для детей старшего дошкольного возраста»

Ахмадуллина Юлия Александровна,

воспитатель



Дорогие родители!
Русские народные игры — это не просто развлечение, но и мощный инструмент воспитания и развития ребёнка. Они помогают детям познавать традиции своего народа, развивают физические качества, учат взаимодействовать со сверстниками, следовать правилам и проявлять смекалку.

Полезь русских народных игр

Такие игры способствуют:

- Физическому развитию: улучшают координацию, ловкость, скорость, выносливость.
- Социальному развитию: учат детей сотрудничать, договариваться, соблюдать правила, уважать соперника.
- Познавательной активности: развивают внимание, память, логическое и образное мышление.
- Речевому развитию: многие игры содержат потешки, считалки, заклички — это обогащает словарный запас и улучшает дикцию.
- Эмоциональному развитию: создают радостное настроение, снимают стресс, укрепляют дружеские связи.
- Приобщению к культуре: знакомят с традициями, обычаями и фольклором русского народа.

Примеры русских народных игр для детей 5–7 лет

1. «Горелки»

Цель: развитие быстроты реакции, ловкости, координации.

Правила:

Игроки становятся парами, держась за руки, и выстраиваются в колонну.

Впереди колонны, на расстоянии 10–15 шагов, стоит водящий («горельщик»).

Все хором произносят:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо —

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз, два, три — беги!

** На слове «беги» последняя пара
разъединяет руки и бежит*

вдоль колонны вперёд — один слева, другой справа.

** «Горельщик» пытается поймать одного из них до того, как они возьмутся за руки
перед ним.*

** Если поймал, становится в пару с пойманным, а тот, кто остался без пары, —
новый «горельщик».*



2. «Салки» (или «Пятнашки»)



*Цель: развитие скорости, ловкости, умения
ориентироваться в пространстве.*

Правила:

Выбирается водящий («салка»).

Остальные игроки разбегаются по площадке.

*Водящий должен догнать и коснуться
кого-либо рукой («осалить»).*

Осаленный становится новым водящим.

*Можно ввести дополнительные правила: «замороженные» игроки стоят на
месте, пока их не «разморозят» другие участники.*

3. «Гуси-лебеди»

Цель: развитие координации, быстроты, умения действовать по сигналу.

Правила:

*На одной стороне площадки — «дом», где стоят «гуси». На противоположной —
«волк». Ведущий (взрослый) ведёт диалог с детьми:*

— Гуси-гуси!

— Га-га-га!

— Есть хотите?

— Да-да-да!

— Ну летите же домой!

— Серый волк под горой,

Не пускает нас домой!

— Что он делает?

— Зубы точит, нас съесть хочет!

— Ну, летите, как раз так!

* «Гуси» бегут к «дому», а «волк» пытается их поймать.

* Пойманный игрок становится «волком».

4. «Лапта» (упрощённый вариант)

Цель: развитие меткости, координации, командного духа.

Правила:

Площадка делится на две зоны:

«город» и «поле».

Одна команда бьёт по мячу битой и бежит через поле, другая — ловит мяч и пытается «осалить» бегущих.

Упрощённый вариант: дети просто бьют по мячу и бегут до определённой отметки и обратно.



5. «У медведя во бору»

Цель: развитие внимания, быстроты реакции

Правила:

Один ребёнок — «медведь»,

сидит в «берлоге» (обозначенном месте).

Остальные дети идут к «берлогу», приговаривая:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

И на нас рычит!

* После слова «рычит» «медведь» выбегает и пытается поймать кого-нибудь.

* Пойманный становится новым «медведем».



Рекомендации для родителей

- Будьте вовлечены: участвуйте в играх вместе с детьми.
- Объясняйте правила чётко и наглядно: покажите, как играть, прежде чем начинать.
- Поддерживайте позитивный настрой: если кто-то проигрывает, подбодрите его и объясните, что главное — удовольствие от игры.
- Чередуйте игры разной интенсивности: после активных игр предложите, что-то более спокойное, например, «Колечко» или «Море волнуется».
- Используйте фольклор: считалки, потешки и заклички сделают игру более атмосферной и помогут развить речь.
- Адаптируйте правила: если игра кажется слишком сложной, упростите её под возможности детей.

Русские народные игры —

это бесценное наследие, которое поможет вашему ребёнку расти здоровым, умным и счастливым. Проводите время на свежем воздухе весело и с пользой!