

КАРТотеКА РУССКИХ НАРОДНЫХ ИГР С МЯЧОМ

История не знает ни года, ни места рождения игр в мяч, что говорит об их древности. Игры в мяч очень популярны, их считают самыми распространёнными, встречаются они почти у всех народов мира.

Мяч с топотом

Участники игры делятся на две группы и встают друг против друга на расстоянии 4-6 м. На середину поля кладут любой предмет. Игру начинают по жребию первый игрок одной из команд. Он называет по имени игрока из второй команды, бросает ему мяч и быстро бежит на середину поля, останавливается у предмета, топает ногами и возвращается на своё место. В это время игрок, поймавший мяч, старается его осалить. Если он промахнётся, то переходит сам в первую группу, если же попадёт мячом, то осаленный переходит во вторую группу. Побеждает группа, в которой окажется больше детей.

Летучий мяч

Играющие встают в круг, водящий находится в середине круга. По сигналу дети начинают перебрасывать мяч друг другу через центр круга. Водящий при ловле мяча.

то он встаёт в круг, а тот, кому был брошен мяч, становится водящим.

Правила. 1. Играющим разрешается при ловле мяча сходить с места.

2. Играющие не должны задерживать мяч.

3. Водящий не может коснуться мяча, когда он находится в руках игрока.

Охотник

Одного из детей по жребию выбирают охотником, все остальные игроки – дичь. Игра начинается так: охотник играет в мяч, остальные в это время ходят по площадке. После 3-4 упражнений он кричит: «Дичь!» Все останавливается, и он со своего места пятнает кого-то из детей. Запятнанный становится помощником охотника, остаётся на площадке и встаёт не далеко от охотника. Если близко от охотника нет дичи, он может передать мяч своему помощнику и тот пятнает игроков.

Правила. 1. Игрокам не разрешается двигаться после слова «Дичь!»

2. Играющие могут перейти на новое место, если при передаче от охотника к помощнику мяч не был пойман, упал на землю.

3. Игрокам не разрешается прятаться от охотника за предметы.

4. охотник должен выполнять разные упражнения с мячом.

Указания к проведению. Эту игру нужно проводить на большой площадке, иначе охотник и его помощник быстро переловят дичь. Для усложнения можно разрешить детям увёртываться от мяча – отклоняться, приседать, подпрыгивать, но нельзя сходить с места.

Стойки

Дети встают у стены на расстоянии 4-5 шагов, у одного из них мяч. По сигналу он бросает мяч о стену и называет по имени одного из игроков. Тот, кого назвали, ловит мяч и бросает его о стену, называя нового игрока, и т.д. если игрок не поймал мяч, то он становится салкой. Ему нужно быстро поднять мяч и крикнуть: «Стой!» Так как дети в это время все разбегаются в разные стороны, на сигнал «Стой!» они останавливаются. Салка пятнает ближайшего игрока, запятнанный выходит из игры. Играющие идут к стене, салка начинает игру. Если же салка промахнулась, то, пока он бежит за мячом, играющие стараются убежать как можно дальше. Салка берёт мяч, кричит: «Стой!» - и вновь пятнает играющих.

Игра продолжается, пока не будет осалена половина играющих.

Правила. 1. Играющим разрешается ловить мяч с отскоком от земли.

2. Салка не должен сходить с места, когда он пятнает игрока.

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.

Город охраняют три сторожа.

Играющие, стоя на одном месте, ногой посылают мяч в городок. Тот, кто, прокатывая мяч, сойдёт кеглю, встаёт на место сторожа.

Правила. 1. Мяч игроки должны только прокатывать.

2. Нельзя пропускать отбитый сторожем мяч за круг; кто пропустил мяч, выходит из игры.

3. Сторожем разрешается, защищая город, переходить с одной стороны круга на другую.

4. Сторож задерживает и отбивает мяч только ногой.

Перебежки

Дети делятся на две равные группы, встают друг против друга на расстоянии 3-4м и начинают перебрасывать мяч друг другу. Если ребёнок не поймал мяч, он переходит в другую команду и встаёт за игроком, который бросил ему мяч. Выигрывает та команда, в которую больше перешло игроков.

Правила. 1. Мяч игроки перебрасывают друг другу по порядку.

2. Тот, кто начинает игру, может придумать любое упражнение, а другие должны точно его повторять.

Указания к проведению. Если в игре принимает участие большое количество детей, то нужно дать 2-3 мяча. Взрослый может взять руководство игрой на себя, подсказать детям, какое упражнение они должны выполнить.

Выбей шар

На земле чертят клетки, на расстоянии 2м по ту и другую сторону от них проводят линии кона. В каждой клетке лежит по 3-4 шара. Участники игры делятся на две команды и встают за линиями напротив клеток своего противника.

Игру начинают одновременно все игроки одной из команд. Они по сигналу прокатывают шары, забирают выбитые. Затем прокатывают шары игроки другой команды. Выигрывает та команда, игроки которой выбили больше шаров.

Правила. 1. Прокатывая шары, играющие стоят за линией кона.

2. Участники игры выбивают шары поочередно.

Указания к проведению. У каждой команды шары своего цвета. Они могут быть деревянными, полиэтиленовыми. Можно игру проводить с мячами. В клетках шары нужно располагать одинаково. Размеры клеток 50 на 50 см, располагают их на одной линии в шахматном порядке на расстоянии 30 см друг от друга.

Встреча

На площадке проводят две линии на расстоянии 4-6 м. Играющие делятся на равные группы и встают друг против друга за линиями.

По сигналу все одновременно прокатывают друг другу шары или мячи, но так, чтобы они встретились. Детям, чьи шары встретились, ведущий даёт по одной фишке. Выигрывает пара, у которой в конце игры окажется больше фишек.

Количество повторений игры по договорённости.

Указания к проведению. Площадка, где проводится игра, должна быть ровная. Увеличивать расстояние между играющими нужно постепенно. Эта игра требует от детей

большого внимания и умения целесообразно распределять усилия при отталкивании шара в зависимости от расстояния. Детям нужно подсказать, что, чем больше расстояние прокатывания, тем энергичнее должен быть толчок по шару.

Мяч в стену

На расстоянии 1-2 м от стены проводят черту. Играющие встают в поле за чертой свободно, кому как удобно. Водящий встаёт у черты лицом к стене

и бьёт мячом в стену, так, чтобы он перелетел за черту. В поле его ловит тот игрок, которому это удобнее. Поймавший мяч перебрасывает его водящему. Если водящий поймает его, то уходит играть в поле, а на его место идёт тот, кто перебрасывал мяч. Если же брошенный мяч водящий не поймает, то остаётся у стены водить.

Игру можно усложнить, если играющим дать 2-3 мяча и выбрать 2-3 водящих.

Мячик кверху

Дети встают в круг, водящий идёт в середину и бросает мяч со словами: «Мячик кверху!» Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой!» Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает в того, кто стоит ближе всех к нему. Запятнанный становится водящим. Если же водящий промахнулся, то остаётся им вновь и игра продолжается.

Правила. 1. Водящий бросает мяч как можно выше и только после слов: «Мяч кверху!»

2. Водящему разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли.

3. Если кто-то из играющих после слов «Стой!» продолжает двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего.

4. Убегая от водящего, дети не должны прятаться за постройки или деревья.

Указания к проведению. Дети встают в круг близко друг к другу. Место водящего в центре круга лучше очертить небольшим кружком. Если водящий не поймал мяч, который далеко укатился, прежде чем кричать «Стой!», ему нужно догнать мяч и вернуться на своё место. Дети в игре должны быть очень внимательны, быстро реагировать на сигнал.

Вариант. Водящий стоит в центре круга и выполняет упражнения с мячом, дети считают до пяти. На счёт «пять» они быстро разбегаются. Водящий кричит: «Стой!» - и бросает мяч в того из играющих, кто стоит к нему ближе. Запятнанный становится водящим. Если он промахнулся, то должен догнать мяч, а дети в это время стараются убежать как можно дальше. На сигнал «Стой!» все останавливаются, водящий вновь старается осалить кого-нибудь.