

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования «Витебский государственный
университет имени П.М.Машерова»
Кафедра физического воспитания и спорта

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НАРОДОВ МИРА

Методические рекомендации

Витебск
ВГУ имени П.М.Машерова
2019

УДК 796.2(100)(075.8)
ББК 75.555(0)я73
П44

Печатается по решению научно-методического совета учреждения образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова».

Протокол № ____ от _____

Составители: заведующий кафедрой физического воспитания и спорта ВГУ имени П.М.Машерова, доцент, кандидат педагогических наук **Ю.М. Кабанов**, доцент кафедры физического воспитания и спорта ВГУ имени П.М.Машерова **В.В.Трущенко**, старший преподаватель кафедры физической культуры ВГУ имени П.М.Машерова **В.А.Колошкина**, старший преподаватель кафедры физической культуры ВГУ имени П.М.Машерова **И.М.Дударева**.

Рецензент:

доцент кафедры теории и методики физической культуры и спортивной медицины ВГУ имени П.М.Машерова, кандидат педагогических наук
В.Г.Шпак

П44 **Подвижные игры народов мира: методические рекомендации / сост.:** Ю.М.Кабанов [и др.]. Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова», 2019. – 40с.

Методические рекомендации предназначены для преподавателей факультетов физической культуры и спорта, кафедр физического воспитания и спорта и студентов высших учебных заведений.

УДК 796.2(100)(075.8)
ББК 75.555(0)я73
П44

СОДЕРЖАНИЕ

1. Подвижная игра «Найди платок» (Австрия).....	5
2. Подвижная игра «Четверо в комнате» (Австрия).....	6
3. Подвижная игра «Выбивание мячом» (Австрия).....	7
4. Подвижная игра «Пронести детенышей в сумке» (Австралия).....	8
5. Подвижная игра «Кенгуру» (Австралия)	9
6. Подвижная игра «Вытащи платок» (Азербайджан).....	10
7. Подвижная игра «Бег с переменной направления (Англия).....	11
8. Подвижная игра «Петух на насесте» (Англия)	11
9. Подвижная игра «Поезд» (Аргентина).....	12
10. Подвижная игра «Статуя» (Армения)	13
11. Подвижная игра «Лев и коза» (Афганистан).....	13
12. Подвижная игра «Беляк» (Беларусь).....	14
13. Подвижная игра «Потяг» (Беларусь)	14
14. Подвижная игра «Шарик в ладони» (Бирма).....	15
15. Подвижная игра «Больная кошка» (Бразилия)	15
16. Подвижная игра «Выбей из квадрата» (Венгрия).....	16
17. Подвижная игра «Один в кругу» (Венгрия).....	17
18. Подвижная игра «Пожарная команда» (Германия)	18
19. Подвижная игра «Третий лишний» (Германия).....	19
20. Подвижная игра «Укус змеи» (Египет).....	20
21. Подвижная игра «Укради змея» (Италия).....	20
22. Подвижная игра «Игра в молотилку» (Йемен)	21
23. Подвижная игра «Тяни за голову» (Канада).....	21
24. Подвижная игра «Поймай за хвост дракона» (Китай).....	22
25. Подвижная игра «Хромоногий цыпленок» (Китай).....	22
26. Подвижная игра «Африканский ручной мяч» (Конго).....	23
27. Подвижная игра «Игра на подражание» (Конго).....	24
28. Подвижная игра «Ловкость в ногах» (Корея).....	24
29. Подвижная игра «Черепашье гнездо» (Малазия).....	25
30. Подвижная игра «Калабаса» (Перу)	26
31. Подвижная игра «На помощь» (Перу).....	27
32. Подвижная игра «Буйволы в загоне» (Судан).....	28
33. Подвижная игра «Африканские салки по кругу» (Танзания).....	28
34. Подвижная игра «Тайландский бокс» (Тайланд).....	29
35. Подвижная игра «Хромая курица» (Туркмения).....	30
36. Подвижная игра «Хромой журавль» (Туркмения).....	31
37. Подвижная игра «Канатаходцы» (Узбекистан).....	32
38. Подвижная игра «Охотничий мяч» (Франция).....	33
39. Подвижная игра «Крепость» (Швеция)	34
40. Подвижная игра «Шлагбаум» (Швеция).....	35
41. Подвижная игра «Последняя пара, вперед» (Швеция).....	36

42.Подвижная игра «Унидад» (Чили).....	37
43.Подвижная игра «Одноногие гонки» (Япония).....	37
44.Подвижная игра «Дарума упал» (Япония)	38
45.Подвижная игра «Дарума-сан-кукла упала» (Япония).....	39
46.Подвижная игра «Аист и лягушки» (Япония).....	39
47.Литература	40

Репозиторий ВГУ

Подвижная игра «Найди платок» (Австрия)

Инвентарь: платок

Содержание	Правила и методические указания
<p>Играют 4 и более человек. Игроки выбирают водящего, который прячет платок, а остальные в это время закрывают глаза. Спрятав платок, ведущий говорит: «Платок отдыхает!». Игроки начинают искать платок. Водящий при этом может говорить: «Тепло», если кто-то из игроков близко от места, где находится платок, «Горячо» - в непосредственной близости от платка, «Огонь», когда игрок рядом с платком. В том случае, если игроки удаляются от того места, где спрятан платок, водящий предупреждает словами: «Прохладно», «Холодно». Игрок, который находит платок, в следующей игре становится водящим.</p>	<p>Нельзя подглядывать за водящим, который прячет платок.</p>

Подвижная игра «Четверо в комнате» (Австрия)

Инвентарь: мел, мяч.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Играют две команды, в каждой по четыре человека. На площадке рисуют квадрат, стороны которого равны 10м. Это - «комната». Одна команда («внутренняя») находится в «комнате», другая («внешняя») вне ее. По периметру квадрата. Игру с мячом начинают «внешние». Они перекидывают мяч друг другу, потом (неожиданно для противников) бросают его в «комнату», чтобы попасть в кого-нибудь из игроков. «Внутренние» увертываются от мяча, однако не могут выскочить из «комнаты», но они могут перехватить мяч и перебрасывать его между собой, а затем неожиданно в сторону своих противников — «внешних», стараясь попасть в кого-нибудь из них.</p>	<p>Если «внешние» бросят мяч в комнату, но ни в кого не попадут, им записывается очко. Тоже касается и «внутренних» Команда, у которой останется один игрок, считается проигравшей.</p>

Подвижная игра «Выбивание мячом» (Австрия)

Инвентарь: мел, мяч.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Двое игроков стоят друг от друга на таком расстоянии, на которое они могут добросить мяч. В середине пути между ними стоит третий игрок, который старается перехватить мяч, перебрасываемый двумя игроками. Надо попасть мячом в стоящего посередине игрока.</p>	<p>Вариант игры: Если игрок, стоящий в центре, перехватывает мяч, то он меняется местами с игроком, бросившим в него мяч. Если мяч попадает в игрока, но он не перехватывает его, то игрок попавший в него, получает 1 очко. Побеждает игрок, набравший большее количество очков.</p>

Подвижная игра «Пронеси детенышей в сумке» (Австралия)

Инвентарь: набивные мячи.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Игроки каждой команды выстраиваются в две колонны лицом друг к другу. В образовавшихся парах игроки соединяют кисти опущенных вниз рук в замок, в котором находится набивной мяч. Напротив каждой команды на расстоянии 10-15м устанавливается стойка.</p> <p>По команде преподавателя первая пара каждой команды бежит вперед. Добежав до стойки, оббегают ее и возвращаются обратно таким же образом к своей команде, передают мяч следующей паре, а сами становятся в конец колонны.</p> <p>Игра продолжается до тех пор, пока не финиширует последняя пара команды.</p>	<p>Если во время бега игроки теряют мяч, они должны остановиться, подобрать его, положить в замок на руки и продолжить движение.</p> <p>Побеждает команда, последняя пара которой первой пересечет линию старта.</p>

Подвижная игра «Кенгуру» (Австралия)

Инвентарь: баскетбольные, волейбольные или набивные мячи.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Играющие делятся на равные команды и выстраиваются параллельно друг другу, каждая в колонну по одному, на расстоянии от 3 до 4м друг от друга. Перед командами проводится стартовая линия. На расстоянии 15-20м от стартовой линии на противоположной стороне площадки параллельно линии старта проводится вторая линия. У каждого игрока играющих команд между коленями или щиколотками зажат мяч.</p> <p>По команде преподавателя «Внимание, марш!» первые игроки «скачут» к противоположной линии и остаются за ней. После пересечения линии первым игроком, «скакать» начинает следующий игрок команды.</p>	<p>Если во время прыжков у игрока выскочит мяч, то он обязан остановиться, подобрать его и снова зажав мяч ногами, продолжить движение.</p> <p>Побеждает команда, последний игрок, который первым пересечет противоположную линию.</p>

Подвижная игра «Вытащи платок» (Азербайджан)

Инвентарь: платки.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Команды выстраиваются в колонну по одному друг напротив друга. Между ними проводится черта. У каждого игрока команд сзади за пояс заткнут платок. Капитаны команд тянут жребий, кто вытягивает жребий, та команда становится водящей. По команде, команда игроков двигается вперед, за линию (водящие стоят на месте). По команде судьи «Огонь!», игроки бегут обратно, а противники (водящие) догоняют их, чтобы вытащить у них из-за пояса платок. Как только команда игроков перебегает за линию, водящие возвращаются. Затем команды меняются ролями.</p>	<p>Водящие игроки не переходят через линию. Побеждает команда, набравшая большее количество платков.</p>

Подвижная игра «Бег с переменной направления» (Англия)

Инвентарь: мел.

Содержание	Правила и методические указания
<p>В игре принимают участие восемь-десять человек. На расстоянии двадцати метров друг от друга проводят две параллельные линии. Между ними в середине выстраиваются игроки. Они выбирают судью. Все игроки по свистку судьи бегут в сторону одной из линий. Судья должен помешать игрокам достигнуть линии. Когда одна из линий в «опасности», судья свистит, и тогда все игроки должны повернуться и бежать к противоположной линии.</p>	<p>От быстроты реакции судьи зависит, чтобы игроки не достигли линии. Если это кому-то из игроков это удастся, игра заканчивается, а выигравший игрок становится судьей.</p>

Подвижная игра «Петух на насесте» (Англия)

Инвентарь: мел.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Игроки выстраиваются на двух параллельных линиях на расстоянии 4-5м друг от друга. Посередине между линиями на одной ноге стоит «петух». Один из игроков стремится добраться до противоположной линии прыжками на одной ноге. Если «петух» в это время настигает его, то они стараются вывести один другого из равновесия. Если победит «петух», то побежденный становится «петухом», и теперь водят двое. Затем из-за линии делает попытку новый игрок и т. д.</p>	<p>Побеждает игрок, который последним преодолевает игровое поле и пересечет противоположную линию.</p>

Подвижная игра «Поезд» (Аргентина)

Инвентарь: Обручи, свисток.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Игроки (вагоны) располагаются на площадке, каждый в своем обруче (депо). Обручи расположены по кругу, на расстоянии 1м друг от друга. В середине площадки, либо снаружи находится водящий – паровоз, у которого нет своего депо. Водящий (паровоз) подходит к депо (обручи) и цепляет к себе все вагоны (игроков). К кому он подходит, тот игрок следует за ним. Паровоз может удаляться от депо в разные стороны, на любое расстояние. У паровоза – свисток, после неожиданного свистка паровоза, все вагоны и паровоз бегут к депо.</p>	<p>Игрок, оставшийся без депо, становится водящим – паровозом и игра начинается сначала.</p>

Подвижная игра «Статуя» (Армения)

Инвентарь: -

Содержание	Правила и методические указания
<p>На квадратной или прямоугольной площадке (волейбольной) свободно располагаются игроки (15-20 человек). За пределами площадки находятся «ловцы» (3-4 игрока). По сигналу «ловцы» преследуют игроков, находящихся в площадке, стремясь их поймать. Тот игрок, которого поймали, останавливается и неподвижно стоит на месте – «статуя». Игроки, которых не поймали «ловцы» могут дотрагиваться до «статуи» и снова вводить ее (игрока) в игру.</p>	<p>Игрокам нельзя выбегать за пределы площадки. Выбывший за пределы площадки, считается выбывшим из игры. Игра заканчивается, когда будут пойманы все игроки, находящиеся в площадке.</p>

Подвижная игра «Лев и коза» (Афганистан)

Инвентарь: -

Содержание	Правила и методические указания
<p>Играют 10 и более человек. Игроки выбирают «льва» и «козу». Остальные игроки, взявшись за руки, образуют круг. «Коза» стоит внутри круга, «лев» - за кругом. Он должен поймать «козу». Играющие свободно пропускают «козу», а «льва», наоборот, задерживают.</p>	<p>Игра продолжается до тех пор, пока «лев» не поймает «козу». После этого выбирается новая пара («лев» и «коза»).</p>

Подвижная игра «Беляк» (Беларусь)

Инвентарь: «фитбол» (1м)

Содержание	Правила и методические указания
В игре участвуют 5 или более человек. Игроки встают вокруг «фитбола» («снежный шар»), взявшись за руки. По команде игроки стараются за руки перетянуть кого-нибудь в середину круга, чтобы тот коснулся телом «фитбола».	Игрок, коснувшийся «фитбола», выбывает из игры. Оставшиеся снова берутся за руки и продолжают игру. Выигрывает тот, кто заставит последнего соперника коснуться шара.

Подвижная игра «Потяг» (Беларусь)

Инвентарь: мел.

Содержание	Правила и методические указания
Играют две команды по 10 и более человек. Игроки команд выстраиваются лицом в противоположные стороны в одну шеренгу, взявшись локтями в «замок» друг за друга. Между командами проходит линия. По команде игроки начинают тянуть своих соперников в противоположные стороны, стараясь перетянуть их на свою часть площадки за линию.	Выигрывает команда, чьи игроки перетянули соперников на свою сторону.

Подвижная игра «Шарик в ладони» (Бирма)

Инвентарь: теннисный шарик или камешек

Содержание	Правила и методические указания
<p>Играют 6 и более человек. Игроки выстраиваются в шеренгу на расстоянии 30-40см друг от друга, держа за спиной вытянутые руки с раскрытыми ладонями. Один из игроков стоит за их спинами, у него в руке шарик или камешек. Идя вдоль шеренги игроков, он опускает шарик в чьи-то ладони. Игрок, получивший шарик, неожиданно вырывается из шеренги. Игроки справа или слева от него должны схватить его (или осалить) прежде, чем он сдвинется с места.</p>	<p>Игроки, стоящие в шеренге не имеют права сходить с линии. Если игрокам не удастся схватить (осалить) игрока с шариком, то он может вернуться на место и игра продолжается; если его схватят, он меняется местами с ведущим.</p>

Подвижная игра «Больная кошка» (Бразилия)

Инвентарь: -

Содержание	Правила и методические указания
<p>На площадке в произвольном порядке расположены играющие и водящий. Водящий – «здоровая кошка» старается запятнать остальных игроков. Игрок которого запятнали, кладет ладонь на то место площадки, где его запятнали. Он становится тоже кошкой, но «больной» и помогает «здоровой кошке» пятнать свободной рукой других игроков, не отрывая ладонь одной руки от площадки и не сходя с места.</p>	<p>«Больная кошка», может пятнать только свободной рукой. Игрок которого не запятнали, побеждает. Он становится «здоровой кошкой» в следующей игре.</p>

Подвижная игра «Выбей из квадрата» (Венгрия)

Инвентарь: волейбольный мяч.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Участники игры делятся на две команды. Игроки одной из команд произвольно располагаются внутри квадрата 10 x 10м, а игроки второй - за её пределами по периметру. У одного из игроков второй команды – волейбольный мяч.</p> <p>По сигналу преподавателя игроки второй команды начинают выбивать мячом игроков находящихся внутри квадрата.</p>	<p>Запрещается бросать мяч в голову.</p> <p>Побеждает команда выбившая больше игроков соперника.</p> <p>Игра продолжается 5-7 минут.</p>

Подвижная игра «Один в кругу» (Венгрия)

Инвентарь: мел

Содержание	Правила и методические указания
<p>Игроки образуют круг, диаметром около 7м. В центр круга становится водящий. Игроки перебрасывают друг другу мяч. Водящий старается его перехватить. В любой момент один из игроков может бросить мячом в водящего.</p>	<p>Если в водящего попадает мяч, то он остается в центре круга. Если мяч не попал в него, то он покидает круг, а его место занимает игрок, бросивший в него мяч. Если водящему удалось перехватить мяч он может его бросить в любого игрока, стоящего в круге. Если попадает – игрок занимает его место, если нет – остается водящим.</p>

Подвижная игра «Пожарная команда» (Германия)

Инвентарь: стулья

Содержание	Правила и методические указания
<p>Стулья устанавливаются по кругу по числу игроков, спинками внутрь. Играющие – «пожарные» передвигаются снаружи стульев под музыку. Как только музыка останавливается игроки должны снять с себя предмет одежды и положить на стул, около которого остановились. Игра продолжается дальше. Когда каждый участник снимет с себя 3 предмета одежды (они оказываются на разных стульях), звучит сигнал тревоги: «Пожар!». Игроки должны быстро отыскать свои вещи и надеть их.</p>	<p>Кто быстрее всех оденется, становится победителем.</p>

Подвижная игра «Третий лишний» (Германия)

Инвентарь: не требуется.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Пары игроков, в каждой из которых игроки располагаются друг за другом, выстраиваются по кругу. Расстояние между парами 2—3 метра. Водящий и свободный игрок (убегающий) располагаются за линией площадки. По команде преподавателя водящий стремится запятнать убегающего, а убегающий может встать перед одной из пар, расположенных на площадке, тогда сзади стоящий игрок пары становится убегающим или «третьим лишним» и убегает от водящего. Если же водящему удастся запятнать свободного игрока, то они меняются ролями.</p>	<p>Убегающий может занять свое место в паре, только если он пробежал полный круг.</p> <p>Пересекать линию круга стоящим в парах игрокам не разрешается.</p> <p>Пятнать убегающего игрока можно только во время бега.</p> <p>Продолжительность игры 5 -7 минут.</p>

Подвижная игра «Укус змеи» (Египет)

Инвентарь: мел

Содержание	Правила и методические указания
На площадке в произвольном порядке расположены играющие, в центре площадки нарисован круг диаметром около 3м. По команде один из игроков встает в круг, остальные окружают его, встав на колени. Эти игроки стараются схватить прыгающего в кругу за ноги. Игрок в кругу, начинает прыгать, приближаясь к игрокам стоящим в кругу.	Кому удастся схватить прыгающего за ноги, тот занимает его место в круге. Нельзя подниматься с колен. Ведущий определяет способы прыжков игроков в круге.

Подвижная игра «Укради змея» (Италия)

Инвентарь: косынка.

Содержание	Правила и методические указания
Игроки двух команд выстраиваются в шеренги лицом друг к другу на боковых линиях волейбольной площадки и рассчитываются по порядку. Между шеренгами в центре находится ведущий, который держит в руке косынку и выкрикивает номера игроков команд. Игроки, чьи номера он назвал, бегут к нему за косынкой.	Выигрывает тот, кто первым перетянул противника за линию круга.

Подвижная игра «Игра в молотилку» (Йемен)

Инвентарь: -

Содержание	Правила и методические указания
<p>В игре участвуют 6 или более человек. Игроки встают все вместе в тесный круг. Один из них остается снаружи (ведущий). Его задача попасть в круг. Для этого он должен выдернуть кого-нибудь из круга. Стоящие в круге игроки пытаются избежать этого, и бегут как карусельные лошадки по кругу. Тот игрок, кого выдернут из круга, становится ведущим.</p>	<p>Игрокам в круге нельзя выходить из него.</p>

Подвижная игра «Тяни за голову» (Канада)

Инвентарь: длинный шарф.

Содержание	Правила и методические указания
<p>На площадке чертится круг, диаметром около трех метров. Два игрока встают на четвереньки лицом друг к другу и связывают обе головы шарфом. По команде игроки начинают перетягивать друг друга за линию круга.</p>	<p>Выигрывает тот, кто первым перетянул противника за линию круга.</p>

Подвижная игра «Поймай за хвост дракона!» (Китай)

Инвентарь: -

Содержание	Правила и методические указания
Все участники игры выстраиваются в колонну по одному в центре площадки. Каждый игрок кладет правую руку на правое плечо впереди стоящего. Первый в колонне – «голова дракона», последний – его «хвост». По команде преподавателя «голова дракона» пытается поймать свой «хвост», а «хвост» удрать от «головы».	«Дракон» не разрывается. Если «голова» ловит «хвост», то последний в колонне игрок становится «головой», а новым «хвостом» - игрок, бывший в колонне предпоследним.

Подвижная игра «Хромоногий цыпленок» (Китай)

Инвентарь: палочки длиной 20 -25см.

Содержание	Правила и методические указания
Играющие делятся на две команды и выстраиваются в шеренги напротив друг друга на расстоянии 2 – 3м. Перед каждым игроком обеих команд вертикально лежат палочки, образуя «лесенку». По команде, первые номера команд выполняют прыжки через палочки. После прыжка через последнюю палочку игрок становится в шеренгу своей команды, после чего начинает прыжки следующий игрок команды.	Побеждает команда последний игрок которой первым займет место в шеренге своей команды. Преподаватель определяет способ прыжков игроков команд.

Подвижная игра «Африканский ручной мяч» (Конго)

Инвентарь: мел, баскетбольный мяч.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Игроки делятся на две команды, количество участников не ограничено, но поровну в обеих командах. Игроки обеих команд расходятся по площадке в хаотичном порядке, мяч у одной из команд. Эта команда старается выполнить 10 передач между своими игроками. Вторая команда старается помешать противнику перебрасывать мяч. Если команда перехватит мяч, ее члены, за исключением игрока, в руках которого находится мяч, ритмично хлопают в ладоши и так же ритмично топают ногами, затем начинают выполнять передачу мяча между своими игроками.</p>	<p>В игру мяч вводится как в баскетболе. Нельзя отнимать мяч силой, можно лишь поймать его во время броска. Команда, выполнившая 10 передач, получает 1 очко. Запрещаются грубые приемы. Выигрывает команда, набравшая 5 очков.</p>

Подвижная игра «Игра на подражание» (Конго)

Инвентарь: мел.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Игроки становятся в полукруг, в центре которого стоит водящий. Время от времени водящий делает какое-то движение: поднимает руку, сгибает ногу, шагает, прыгает, наклоняется, приседает или поворачивается вокруг, и т. д. Каждый игрок обязан точно повторить его движение.</p>	<p>Если игрок, стоящий в полукруге ошибается, водящий должен встать на его место, а игрок становится водящим. Если одновременно ошибутся несколько игроков (это бывает, когда водящий неожиданно и быстро сделает какое-либо движение), тогда водящий выбирает того, кто займет его место.</p>

Подвижная игра «Ловкость в ногах» (Корея)

Инвентарь: -

Содержание	Правила и методические указания
<p>На площадке, на расстоянии 50 см друг от друга обозначаются два круга, с таким расчетом, чтобы в кругу свободно помещалась ступня. Два игрока, стоящих каждый в своем кругу на левой ноге, стараются правой ногой сдвинуть своего соперника с места.</p>	<p>Проигрывает тот игрок, кто при потере равновесия, коснулся правой ногой площадки, выскочил за пределы круга, упал или коснулся соперника рукой.</p>

Подвижная игра «Черепашье гнездо» (Малайзия)

Инвентарь: камни, мел.

Содержание	
<p>На земле рисуют круг диаметром в полтора метра — это «гнездо». В «гнездо» кладут 4—5 камней — «черепашьи яйца». Один из игроков — «черепаха». Он охраняет свое гнездо. Остальные игроки - разбойники. «Черепаха» стоит в кругу, остальные игроки располагаются вне круга и стараются украсть яйца. Для этого они выбирают момент, когда можно подкрасться к «яйцам». «Черепаха» старается поймать (осалить) разбойников.</p>	<p>Кого поймают «черепаха», тот игрок меняется с ней местами и начинает сторожить оставшиеся «яйца». Игра продолжается до тех пор, пока все «яйца» не украдут. Потом «яйца» прячут, а черепаха в это время, замуривается. Затем она должна их отыскать.</p>

Подвижная игра «Калабаса» (Перу)

Инвентарь: обручи.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Игроки на площадке чертят круги – «домики» (обручи), а водящий остается «бездомным». Все хором кричат «Калабаса» (По домам!). Играющие разбегаются по своим «домикам». «Бездомный» обращается к одному из игроков: «Ты продаешь яйца?, тот отвечает: «Я нет, а он, может быть, продает» и указывает на другого игрока, к которому направляется «бездомный». В это время игроки меняются местами в «домиках». Водящий старается занять свободный «домик».</p>	<p>Если водящий успевает занять чужой «домик», то он становится его хозяином, а оставшийся вне круга – водящим.</p>

Подвижная игра «На помощь!» (Перу)

Инвентарь: -

Содержание	Правила и методические указания
<p>На площадке в произвольном порядке, расположены играющие. Один игрок стоит в центре площадки, вытянув правую руку ладонью вперед. Остальные игроки кладут ему на ладонь вытянутые указательные пальцы правой руки. По сигналу, стоящий в центре, неожиданно сжимает ладонь. Если в ладони оказываются зажатые сразу несколько пальцев. Тот, кто не сможет выдернуть палец из ладони становится водящим. Водящий должен поймать одного из игроков. Когда водящий к кому-либо приближается, то тот имеет право защищаться. Для этого он кричит: «На помощь!». Другой игрок подбегает к нему и берет его за руку.</p>	<p>Водящий не может схватить игроков, если они держатся за руки. Если же он поймает одного из играющих, то этот игрок становится новым водящим.</p>

Подвижная игра «Буйволы в загоне» (Судан)

Инвентарь: -

Содержание	Правила и методические указания
Играют 10 и более человек. Игроки встают в круг и берутся за руки. 2-3 игрока («буйволы»), находятся в центре круга. «Буйволы» пытаются прорвать круг и вырваться из него, подняв вверх руки.	Запрещаются грубые приемы. Если «буйволам» удастся прорваться сквозь круг, то они становятся в круг, а тем игроки, которые не сумели их сдержать, «превращаются в буйволов».

Подвижная игра «Африканские салки по кругу» (Танзания)

Инвентарь: теннисный мяч («лист от дерева»)

Содержание	Правила и методические указания
Игроки располагаются в круге лицом к центру, руки сомкнуты за спиной ладонями кверху. За спинами игроков ходит водящий, у которого «лист от дерева». Водящий кладет «лист от дерева» в руку одного из игроков, находящихся в круге, после чего убегает от него по кругу.	Если водящий пробежит круг и его не догонит игрок с «листом», то этот игрок становится водящим.

Подвижная игра «Тайландский бокс» (Тайланд)

Инвентарь: колокольчик, мешок с тряпками, повязки на глаза.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Играют два человека, которые находятся в круге диаметром около 3м. В руках у одного из игроков – колокольчик, у второго – мешок, набитый мягкими тряпками. У обоих игроков завязаны глаза. Один из игроков звонит в колокольчик, второй – бьет мешком по другому игроку на звук. Затем игроки меняются ролями.</p>	<p>Игрокам нельзя выходить за пределы круга. Выигрывает тот игрок, который нанесет большее количество ударов по сопернику за определенный промежуток времени. Варианты игры: мешки с тряпками могут быть у обоих игроков.</p>

Подвижная игра «Хромая курица» (Туркмения)

Инвентарь: мел.

Содержание	Правила и методические указания
<p>На расстоянии 8 - 10м друг от друга, проводятся две параллельные линии. Это старт и финиш. На линии старта все игроки распределяются на тройки. Два крайних игрока каждой тройки берутся за руки, а средний игрок забрасывает одну ногу за сомкнутые руки своих товарищей. По сигналу все тройки с линии старта бегут к финишу, при этом среднему игроку приходится прыгать на одной ноге, опираясь на руки и плечи товарищей.</p>	<p>Если средний игрок во время бега коснется второй ногой пола, то его команда («тройка») проигрывает. Среднему игроку нельзя виснуть на плечах товарищей. «Тройка», прибежавшая к финишу раньше других, выигрывает.</p>

Подвижная игра «Хромой журавль» (Туркмения)

Инвентарь: мел.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Игроки делятся на две команды. На площадке на расстоянии 3 - 5 м друг от друга, проводятся две параллельные линии длиной 5 - 6м. Каждая команда выстраивается за своей линией. Игроки обеих команд отводят одну ногу назад, согнув ее в колене и обхватив одноименной рукой. По сигналу обе команды прыгают навстречу друг другу, стараясь свободной рукой и туловищем толкнуть противника, чтобы он встал на обе ноги. Игрок, коснувшийся пола второй ногой, выбывает из игры.</p>	<p>Игроки начинают двигаться навстречу друг другу по сигналу. Запрещаются грубые приемы. Проигравшей считается команда, у которой окажется большее количество «сбитых» игроков.</p>

Подвижная игра «Канатаходцы» (Узбекистан)

Инвентарь: канат.

Содержание	Правила и методические указания
Играют две команды по 5 и более человек. На площадке укладывают канат по прямой линии. Игроки каждой из команд по очереди должны пройти по канату не потеряв равновесия.	Выигрывает команда, чьи игроки меньшее количество раз сошли с каната. При передвижении по канату – руки в стороны. Варианты игры: игрок, который сошел с каната, выбывает из игры; выигрывает команда, у которой меньшее количество игроков выбыло из игры.

Подвижная игра «Охотничий мяч» (Франция)

Инвентарь: мел, мяч.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Игроки располагаются в центре площадки. Между ними стоит «охотник». «Охотник» подбрасывает мяч в вверх и ловит его, когда он отскакивает от площадки, в это время игроки разбегаются по площадке, потому что «охотник», схватив отскочивший мяч, сразу же бросает его в ближайшего игрока. Кого он выбьет, тот становится его «собакой» и должен ему помогать.</p>	<p>«Собаки» не могут сбивать игроков, но могут схватить после сбивания отскочивший мяч и бросить его находящемуся в выгодном положении «охотнику». Если игрокам удастся перехватить мяч, которым их хотели выбить, то одни из «собак» снова становятся игроками. Игра заканчивается, когда «охотник» с помощью «собак» выбьет всех игроков.</p>

Подвижная игра «Крепость» (Швеция)

Инвентарь: мячи для большого тенниса.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Одна команда стоит в кругу - она защищается, другая снаружи — нападающая команда. Каждая команда запасается большим количеством мячей. Но бросать их она может тогда, когда получает на это право. Иногда строят настоящую снежную крепость. Стены высотой до пояса; в стене делают окна и бойницы, иногда строят башни и копают рвы. Такая крепость дает защищающимся большое преимущество, в этом случае нападающих бывает вдвое больше, чем защитников.</p>	<p>Команда, выбившая игрока противника, получает право на новый бросок. Если она промахнулась, бросок делает другая команда. Надо следить, чтобы игроки не нанесли друг другу травм. Команда, первой «потерявшая» всех игроков, проигрывает. Вариант игры: команды стоят напротив друг друга, на расстоянии не ближе 8 метров (без крепости)</p>

Подвижная игра «Шлагбаум» (Швеция)

Инвентарь:

Содержание	Правила и методические указания
<p>Игроки выстраиваются так, чтобы в ряду было столько игроков, сколько рядов («квадрат»). Стоящие в шеренге игроки берутся за руки, и между шеренгами образуются «улицы». По этим «улицам» двигаются преследуемый и преследователь. Они вбегают в одну «улочку», выбегают из другой. Стоящие игроки на стороне преследуемого, они стараются помочь ему. Когда он попадает в критическое положение, по команде ведущего игроки опускают руки, поворачиваются налево и снова берутся за руки, при этом возникают совершенно другие «улучки», перпендикулярные прежним. И, ситуация меняется. Преследователь, который мог поймать преследуемого, может оказаться от него за две улочки.</p>	<p>Если преследователь догонит преследуемого, тогда выбирают нового преследователя и нового преследуемого.</p>

Подвижная игра «Последняя пара, вперед!» (Швеция)

Инвентарь: -

Содержание	Правила и методические указания
<p>Игроки в парах, берутся за руки. Один игрок становится водящим. Пары стоят друг за другом. Впереди в 3м от первой пары стоит ведущий, спиной к игрокам. Неожиданно он кричит: «Последняя пара, вперед!». Последняя пара бежит вперед и, обойдя ведущего, берутся перед ним за руки. Водящий должен поймать одного из игроков, прежде чем они возьмутся за руки.</p>	<p>Водящий не может оглядываться и поворачивать голову, он видит игроков лишь тогда, когда они оказываются перед ним. Если водящему удается поймать одного из игроков, то пойманный игрок становится водящим, а бывший водящий образует пару с оставшимся игроком. Они становятся в ряд первой парой, и игра продолжается.</p>

Подвижная игра «Унидад» (Чили)

Инвентарь: теннисные мячи (для большого тенниса).

Содержание	Правила и методические указания
<p>«Унидад» - «единица». Игровая площадка похожа на начертание римской единицы (длинный прямой коридор 8 - 10м заканчивается двумя основаниями (по 10м длинной) - нижним и верхним). За нижним и верхним основанием находятся игроки противоположных команд. У игроков одной из команд в руках теннисные мячи. По команде они бросают свои мячи так, чтобы они, ударившись о площадку на их половине коридора, перелетели к игрокам другой команды. Задача игроков другой команды поймать налету брошенные соперником мячи.</p>	<p>Игрок, чей мяч не поймал соперник, получает одно очко. Команды чередуются при бросках мячей. Побеждает команда, набравшая большее количество очков (25 или 50 очков).</p>

Подвижная игра «Одноногие гонки» (Япония)

Инвентарь: платки.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Команды выстраиваются в колонны по одному параллельно друг другу на расстоянии 3 – 4м. у общей линии старта. Напротивкаждой команды на расстоянии 10 – 12м. чертится линия. У первых игроков каждой команды в руках платок. По команде первые игроки команд бегут до указанной линии, там связывают две лодыжки платком и прыжками возвращаются в свою команду, передавая платок следующему игроку.</p>	<p>Побеждает команда, последний игрок которой первым пересек стартовую линию.</p>

Подвижная игра «Дарума упал» (Япония)

Инвентарь: мел

Содержание	Правила и методические указания
<p>На площадке в произвольном порядке расположены играющие. В углу площадки чертится квадрат 2х2 – «тюрьма». Из игроков выбирается водящий. Когда водящий произносит: «Мистер Дарума упал!», все играющие быстро разбегаются по площадке, водящий начинает их ловить. До кого он дотронется, тот попадает в «тюрьму». Остальные играющие пытаются подобраться к водящему и дотронуться до его спины. Тот игрок, который дотронулся до спины водящего, покидает площадку.</p>	<p>Игроки должны бежать очень быстро, пока водящий стоит к ним спиной. Последний игрок становится водящим.</p>

Подвижная игра «Дарума – Сан – кукла упала» (Япония)

Инвентарь: мел.

Содержание	Правила и методические указания
<p>Одна из сторон площадки – «линия старта», у которой расположены играющие. Ведущий располагается на расстоянии 5 – 7 м. от линии старта, закрывает глаза, поворачивается к игрокам спиной и говорит: «Дарума – Сан – кукла упала». В это время остальные игроки быстро двигаются к водящему. Повторив фразу еще раз, ведущий быстро поворачивается, и все игроки замирают.</p>	<p>Если ведущий замечает игрока который продолжает двигаться, то этот игрок выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор пока один из игроков не доберется до ведущего незамеченным и хлопнет его по спине. Этот игрок становится ведущим.</p>

Подвижная игра «Аист и лягушки» (Япония)

Инвентарь: мел.

Правила и методические указания	Правила и методические указания
<p>На площадке рисуется игровое поле, которое представляет собой большое «озеро» с «бухтами», «мысами», «островками». Играющие – «лягушки», которые сидят в «озере». Они не могут выпрыгивать на «сушу». Вокруг «озера» бегает водящий – «аист». Ему нельзя заходить в «воду», но он может прыгать с «острова» на «остров». При этом «аист» пытается поймать «лягушку».</p>	<p>Пойманная «лягушка» выходит из игры. Последняя пойманная «лягушка» становится «аистом».</p>

Литература

Интернет-ресурс
www.pravilaigr.ru/igrmir.php
<https://infurok.ru>
journal-shklniku.ru

Репозиторий ВГУ