**РУССКИЕ НАРОДНЫЕ**

**ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

**ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-7 ЛЕТ**

**САЛКИ**

Сюжет этой игры очень прост: выбирается один водящий, который должен догнать и осалить разбежавшихся по площадке игроков. Но у этой игры есть несколько усложняющих вариантов.

Осаленный игрок становится водящим, при этом он должен бегать, держась рукой за ту часть тела, за которую его осалили.

Осаленный игрок останавливается, вытягивает руки в сторону и кричит: *Чай-чай-выручай*. Он *заколдован. Расколдовать* его могут другие играющие, дотронувшись до руки. Водящий должен *заколдовать* всех. Чтобы сделать это быстрее, водящих может быть 2-3 человека.

**ГОРЕЛКИ**

** Играющие становятся парами. Горельщик — впереди пар, спиной к играющим, и говорит:

***Гори-гори ясно,   
Чтобы не погасло.   
И раз, и два, и три.   
Последняя пара, беги!***

На слово "беги" пара, стоящая последней, обегает колонну и встает впереди. Водящий же должен постараться опередить одного из бегущих и занять его место.

Тот, кому не хватило места, становится водящим.

**ЗАРЯ**

Дети встают в круг, руки держат за спиной, а одному из играющих - заря ходит сзади с лентой и говорит:

|  |  |
| --- | --- |
| ***Заря - зарница,  Красная девица,  По полю ходила,  Ключи обронила,*** | ***Ключи золотые,  Ленты голубые,  Кольца обвитые -  За водой пошла!*** |

С последними словами водящий осторожно кладет ленту на плечо одному из играющих, который, заметив это, быстро берет ленту, и они оба бегут в разные стороны по кругу. Тот, кто останется без места, становится зарей. Игра повторяется. Бегущие не должны пересекать круг. Играющие не поворачиваются, пока водящий выбирает, кому на плечо положить ленту.

**ЗАЙЧИК**

Выбирают зайчика и обступают его хороводом. Зайчик все время пляшет, поглядывая, как бы выпрыгнуть из круга; а хоровод ходит кругом, напевая:

***Заинька, попляши,   
Серенький, поскачи,   
Кружком, бочком повернись,   
Кружком, бочком повернись!   
Заинька, в ладоши,   
Серенький, в ладоши,   
Кружком, бочком повернись,   
Кружком, бочком повернись!   
Есть зайцу куда выскочить,   
Есть серому куда выскочить,   
Кружком, бочком повернись,   
Кружком, бочком повернись!***

При этом некоторые из играющих ослабляют руки, указывая, где зайчик может прорваться.

Зайчик припадает к земле, высматривает место, откуда выскочить, и, прорвавшись там, где не ждали, убегает.

**ДВОЙНЫЕ ГОРЕЛКИ**

Простой способ игры можно усложнить, играя в двойные горелки. Тогда становятся по четыре человека в ряд. Горит же одна пара. Играть можно с пением:

***Гори, гори ясно,  
Чтобы не погасло  
Взглянь на небо —  
Птички летят,   
Колокольчики звенят!***

Все замолкают, а горящая пара одна продолжает считать: «Раз, два, три!», прихлопывая в ладоши. После слова «три!» обе задние пары разбегаются и стараются соединиться вместе впереди горящей пары. Если это им удается, горит прежняя пара. Если любой из горящих поймал какую-нибудь пару, то горевшая пара соединяется с пойманной; вчетвером они становятся в первый ряд.

Непойманная пара горит.

Правило: бегущим парам нельзя разъединять руки, а горящая пара не имеет права трогаться с места прежде, чем бегущие пары минуют ее.