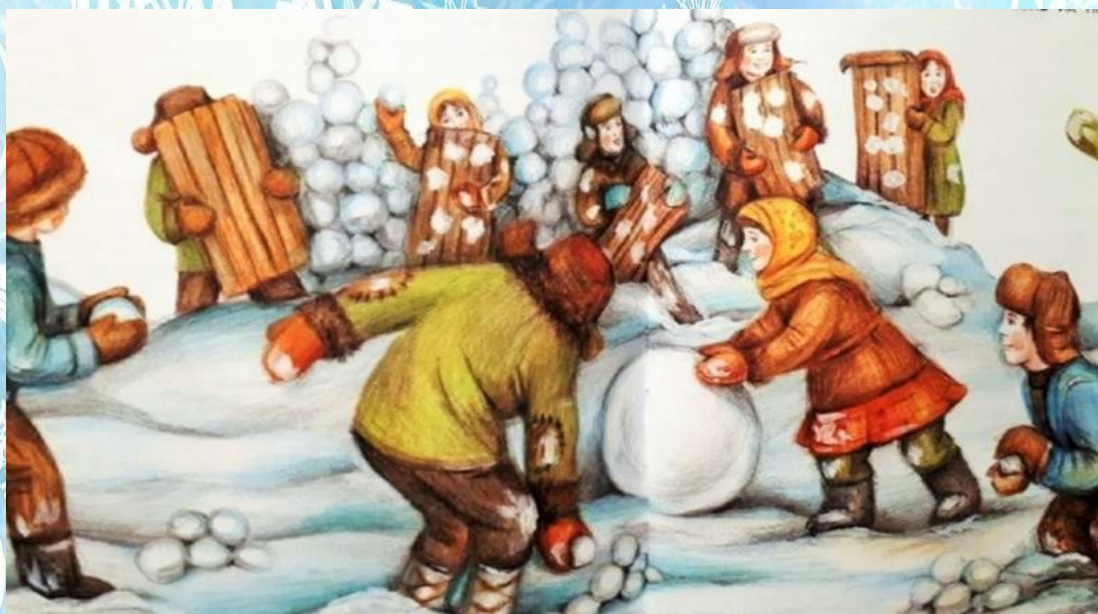


**Консультация для воспитателей на тему:**

**«Русские народные зимние игры для дошкольников  
на прогулке»**



**Материал подготовила инструктор  
по физической культуре  
Прокопенко Ирина Владимировна**

Зимние народные игры — часть русских национальных традиций. Зимы в наших краях раньше были очень снежными, а крепкие морозы заставляли людей много двигаться. Конечно, даже в холода дети и молодёжь не могли усидеть дома и придумывали разнообразные забавы. С некоторыми из них воспитателю непременно нужно познакомить дошкольников во время зимних прогулок.

### **Польза зимних народных игр для развития дошкольников**

Зимние народные забавы на свежем воздухе окажут многогранную пользу для физического и психического развития воспитанников ДОУ:

1. Игры развивают двигательную активность, тренируют мышцы ног, рук, спины, развивают координацию движений, ловкость.
2. Активные занятия на свежем воздухе повышают детский иммунитет, укрепляют сердечную мышцу, лёгкие.
3. Играя, дети тратят много энергии, за счёт этого у них улучшается аппетит и становится более крепким дневной сон.
4. Игры предусматривают определённые правила: ребёнок учится ориентироваться согласно обстановке, принимать быстрые решения.
5. Забавы воспитывают чувство коллективизма, стремление взаимодействовать со сверстниками. Это особенно важно в период адаптации к детскому саду или после длительного перерыва в посещении ДОУ.
6. Народные игры с раннего возраста позволяют приобщать дошкольников к национальным традициям, что важно для его патриотического воспитания.

### **Зимние забавы для воспитанников младшей группы**

Народные забавы для младшего дошкольного возраста не предполагают каких-то сложных правил, точной координации движений. Главное — чтобы малыши подвигались и им было весело.

При этом педагог должен обратить внимание ребят на то, что такими же играми забавлялись дети на Руси много веков назад.

На прогулке можно использовать следующие варианты зимних игр.

#### **«Снежная карусель»**

На участке педагог вместе с воспитанниками сооружает небольшого снеговика. Ребята образуют вокруг него круг и представляют себя снежинками.

Можно использовать ещё один вариант — поставить в снег высокий шест, от которого отходит множество разноцветных ленточек (малыши должны за них взяться).

По сигналу педагога малыши вначале медленно идут, затем побыстрее и, наконец, бегут. Затем воспитатель побуждает сменить направление, приговаривая «Ветер поменялся, и снежинки полетели в противоположную сторону». Точно так же меняется темп движений.

Затем взрослый объявляет «Ветер теперь стих — и снежинки тихо падают»: «карусель» останавливается, и ребята опускают ручки.

### «Заморожу»

Ребята образуют круг и вытягивают вперёд ручки в варежках. Педагог идёт по кругу и пытается дотянуться до детских ручек со словами «Ух, заморожу-заморожу». Дети же должны успеть быстро спрятать рукавички за спину, что обычно приводит их в восторг. Если же взрослый дотронулся до кого-то — значит, его «заморозили».

### «Метелица»

Воспитанники становятся парами, повернувшись друг к дружке, и держатся за ручки «плодочкой». Затем дети начинают кружиться под слова воспитателя:

- Метелица, метелица,  
Снег по полю стелется!  
Кто кружится, вертится –  
Тот заметелится!

Задача дошкольников — подольше покружиться, не упасть. Конечно, делать это слишком долго не нужно, чтобы у ребят не закружилась голова. Однако такая забава хорошо тренирует вестибулярный аппарат, вырабатывает чувство равновесия, скоординированность действий в паре.

### Метание снежков

Мальши лепят снежки. Воспитатель проводит на снегу линию, возле которой выстраиваются все игроки. По сигналу педагога начинается метание (в роли ориентиров можно использовать флажки либо разноцветные кубики), а затем взрослый определяет, чьи снежки полетели дальше всех. Метание снежков на дальность — старинная русская забава, которая понравится малышам любого возраста

### «Дед Мороз»

Воспитатель объявляет, что он Дедушка Мороз (хорошо надеть бороду и шапку). Малыши образуют вокруг него большой круг и идут в хороводе. Педагог в это время произносит слова:

- Дед Мороз, Дед Мороз,  
Через дуб перерос,  
Через дуб перерос,  
Прикатил подарков воз:  
Морозы трескучие,  
Снега сыпучие,  
Ветры завьюжные,  
Метели дружные,  
Холод — стужу напустил,  
На реке мост намостил.

Возможен и другой вариант присказки:

Идёт Зимушка-Зима,  
У ней белая коса.  
С ней идут три тётки —  
Белые поддёвки:  
Метель, Вьюга да Пурга.  
У тех тёток есть слуга:  
Злющий дядька Мороз,  
Кого схватит — тот замёрз!

После приведённых слов дети разбегаются, а Дедушка Мороз их хватает. Если он коснулся кого-то, значит, «заморозил» и забирает ребёнка в центр круга. Конечно, игра простая, но она учит ребят быстро реагировать на словесный сигнал. После последних слов стихотворения малыши должны не растеряться, а быстро разбежаться в стороны

### **Народные игры для воспитанников средней группы**

Конечно, в средней группе можно продолжать предлагать ребятам все те же игры, но лучше их усложнить, например:

1. «Метелица». Дошкольники образуют пары, но встают друг к дружке боком, сцепившись локтями. В таком виде они и кружатся.
2. «Мороз». Ведущим уже может быть ребёнок. Первую игру проводит воспитатель, а тот, кого Мороз догнал первым, становится водящим.

Кроме того, вводятся новые увлекательные народные забавы.

### **Катание шаров**

Такую забаву хорошо устраивать после снегопада. Ребята разделяются на команды (примерно по 5–6 человек) и распределяются по участку. По сигналу педагога каждая группа принимается скатывать снежный шар. Через некоторое время следует второй сигнал, и малыши подкатывают свои большие шары к педагогу. Победителем становится группа с самым огромным комом.

Большие снежные шары хорошо использовать для постройки крепости или прочих сооружений, которые также можно применять в играх. Также можно соорудить из них большого снеговика на участке. Ребятня во все времена любила скатывать большие комья из снега



### «Колокольчик»

Взрослый подвешивает на веточку дерева либо турник колокольчик на красивой ленточке. Ребята метают снежки в него, чтобы тот зазвенел. Победителем станет тот, кто попадёт в колокольчик максимальное число раз. Как вариант в игре могут участвовать две команды.

В средней группе дети уже могут метать снежки в цель — например, в колокольчик, чтобы он зазвенел



### «Ловишки со снежками»

На снегу обозначается круг диаметром около пяти метров. Туда становятся дети-участники. Водящий-ловишка (первый раз взрослый, а затем дошкольники) стоит недалеко от круга и держит в руках корзинку со снежками. По команде он начинает кидать их в игроков, а они должны всячески увёртываться внутри круга. После того как снежки закончатся, назначается новый ловишка из числа детей, которых не смогли достать снежки. Ловишка метает снежки в детей, которые должны увёртываться от них

### «Снежная башня»

Из снега (для этого он должен быть рыхлым и мокрым) строится небольшая башенка длиной до метра (как вариант снеговичок аналогичной высоты). Ребята разделяются на команды «защитников» и «захватчиков». Первые загораживают свою «крепость», обороняясь картонками либо ледянками), а вторые находятся на расстоянии от неё, угрожая снежками. Все вместе дошкольники произносят:

Мороз Красный нос  
Холод-стужу принёс,  
На дороге начудил,  
Башню снежную слепил.  
Кто встал в кружок —  
Бросай снежок.

После этого «захватчики» принимаются кидаться снежками в башенку (каждый по разу), стремясь её разрушить. «Защитники» же отважно отбивают атаку с помощью картонок, ледянок. Если башню не получилось разрушить, команды меняются ролями. Одни дети охраняют снеговика или башню, а другие пытаются его разломать снежками

## «Льдинки, ветер и мороз» (игра пришла с Сибири и Дальнего Востока)

Вначале ребята, повернувшись друг к дружке, стоят парами и хлопают в ладошки под слова воспитателя (один хлопок — в свои ладони, другой — в ладони напарника):

Холодные льдинки,  
Прозрачные льдинки,  
Сверкают, звенят,  
Дзинь, дзинь.

По команде «Ветер!» «льдинки» разбегаются, подпрыгивают, кружатся, делают подскоки и пр. После же команды «Мороз!» дети быстро выстраиваются в круг, образуя большую льдину — берутся за ручки. Взявшись за руки в кругу, дети изображают большую льдину.

## «Северный и Южный ветер»

Выбирают двух водящих. Одному на руку повязывают синюю ленту – это северный ветер, другому красную - это южный ветер. Остальные игроки свободно бегают по площадке. Северный ветер старается заморозить как можно больше игроков, дотронувшись до них рукой. Замороженные, останавливаются и поднимают руки вверх, соединив пальцы. Южный ветер стремится разморозить детей, также дотрагиваясь рукой и восклицая: «Свободен!»

## «Ищем клад»

Играть в игру хорошо на площадке, по краям которой имеются большие сугробы. Собираются 2 команды игроков и двое ведущих. Игроков просят отвернуться, а ведущие наблюдают за тем, как кто-нибудь из не участвующих в игре детей или взрослых, прячет в двух сугробах клад. После того как предметы, обозначающие клад, надежно зарыты в снег, дается команда приступить к поиску.

Ведущий группы может давать игрокам подсказку, только указывая направление поиска – левее, правее или выше. Побеждает команда, первая откопавшая клад.

## Варианты для старшего дошкольного возраста

В старшей и подготовительной группе народные игры продолжают усложняться. Водящими теперь всегда становятся сами дети, а не педагог.

## «Царь горы»

Очень динамичная забава, в старину в неё играли в основном мальчишки. Выбирается большой сугроб, или же специально строится снежный холмик: высоты должна быть не менее метра. Цель каждого участника — взобраться на его верх и не дать себя сбросить. В этой игре разрешено толкаться, всячески бороться с соперниками, сбрасывать их вниз. Царём горы становится участник игры, который продержится на верху дольше всех.

Игра очень динамичная, силовая, поэтому больше подходит для мальчиков

В подготовительной к школе группе можно использовать усложнённый вариант — накануне слепить из снега огромный шар, полить его водой. На другой день он будет скользким: на такую «гору» сложно забраться, а не то, что удержаться, когда тебя толкают и пихают. Но от этого игра ещё интереснее.

### **«Варежка»**

Все воспитанники становятся в круг, держась за руки. Выбираются двое водящих: первый становится в круг, второй — за его границей. У первого водящего в ручках находится варежка (не нужно снимать её с себя, воспитатель даёт отдельную, в принципе, заменить рукавичку можно любой другой вещью, например, небольшой мягкой игрушкой). Он должен бросать её второму водящему, чтобы тот её поймал. Однако остальные игроки мешают это сделать — поднимают руки, отбивают ими рукавичку обратно в круг.

Водящие перекидывают друг другу варежку до тех пор, пока кто-то из детей её не поймает или ею не выбьют первого водящего. Тогда ведущие меняются.

С помощью обычной варежки можно организовать увлекательную народную игру

### **«Каблучок» (народная игра Архангельской губернии)**

На снегу взрослый обозначает круг диаметром примерно три метра. Внутри становится ребёнок-водящий с небольшой льдинкой. Остальные участники находятся за пределами круга и скачут на одной ноге, при этом не переступая за черту. Дошкольники хором выкрикивают:

Против нашего двора  
Приукатана гора  
Водой полита,  
Башмачком прибита.  
Я по льду скок-поскок,  
Отвалился каблучок,  
Отвалился каблучок  
И оставил свой следок!

После данных слов водящий кидает льдинку-каблучок за границы круга, а игрокам нужно загнать ледышку обратно. Однако это непросто: ведь передвигаться разрешается только на одной ноге.

Водящий может отбивать льдинку ногами или же клюшкой, которую предлагает воспитатель.

### **«Коровка»**

Это ещё одна русская забава с атрибутом-льдинкой. Аналогично дети образуют круг, в центре которого находится водящий. Под ногами у него льдинка (она называется «коровка»), ребёнок старается пнуть её, чтобы та попала в кого-то из игроков. Бросок сопровождается словами «Купи коровку!». Задача участников — увёртываться от льдинки, но они не имеют права убежать, а только подпрыгивать. Тот, в кого угодила льдинка, становится новым водящим.

## **Гонки снежных комов**

Если в средней группе команды детей скатывают снежные шары и сравнивают их по размеру, то в старшем дошкольном возрасте уже можно устроить весёлую эстафету. Участники делятся на две команды. Игроки каждой образуют колонну, стоя один от другого на расстоянии пяти-шести шагов. По сигналу каждая команда перекачивает большой снежный ком (они скатываются заранее) от одного ребёнка к другому.

Когда снежный шар дойдёт до самого первого игрока, возглавляющего колонну, ему предстоит докатить его до финиша — он обозначается в 10–20 шагах впереди. Побеждает, соответственно, команда, которая сможет это сделать первой.

В старшем дошкольном возрасте можно провести уже гонки снежных шаров

## **«Снежная башня» — русская народная зимняя игра**

Играть можно, когда выпадает рыхлый мокрый снег. Из него строят маленькую (около 50-70 см) башенку. Дети делятся на две группы — «защитника» и «захватчики». «Защитники» встают возле крепости, а «захватчики» на расстоянии в 5-6 шагов от нее, держа в руках снежки. Ребята хором говорят:

«Мороз Красный нос  
Холод-стужу принес,  
На дороге начудил,  
Башню снежную слепил.  
Кто встал в кружок —  
Бросай снежок!»

После этого «захватчики» бросают снежками в башню — каждый по одному снежку, пытаясь ее разрушить. «защитники» могут отбивать снежки. Для этого «защитников» можно вооружить картонками или ледянками. Если башню не удалось разрушить, то команды меняются ролями. Побеждает та команда, которая разрушит башню.

## **«Штурм крепости» — русская народная зимняя подвижная игра**

Перед началом игры на некотором расстоянии друг от друга строят из снега две снежных крепости. Можно опустить эту подготовительную часть и просто нарисовать на снегу два круга — они и будут крепостями. Дети делятся на равные команды-дружины и придумывают названия своим крепостям. Пусть у нас будут Москва и Казань. От каждой команды выбирают «жеребьевщика». Они отмеряют расстояние и проводят черту посередине между крепостями. Вдоль этой черты выстраиваются «дружины» — каждая со стороны своего «города». Жеребьевщики встают чуть в стороне и бросают жребий — например, подбрасывают монету, или загадывают «камень-ножницы-бумага». Пусть у нас проиграл жеребьевщик московской «дружины». Тогда он кричит: «Раз-два-три! В Москву беги!». После этого московская «дружина» бежит к своей крепости, а казанская «дружина» старается поймать-осалить как можно больше игроков противника. Игрок-«москвич» в безопасности, как только он окажется внутри своей крепости. Те игроки, которых осалили, переходят на сторону соперника и становятся членами казанской «дружины». Все возвращаются на исходную позицию, опять разыгрывается жребий. Если проигрывает жеребьевщик казанской крепости, то он кричит: «Раз-два-три! В Казань беги!». После этого убегает уже



казанская «дружина», а московское воинство догоняет. Игра заканчивается, когда все игроки окажутся в одной «дружине».

### **«Мороз» – русская народная зимняя игра-хоровод**

Это хороводная игра с элементами салок. Перед игрой выбирают считалкой водящего – «Мороза». Дети встают в круг и берутся за руки. «Мороз» встает в центр круга. Водят хоровод и говорят:

«Идет Зимушка-Зима,  
У ней белая коса.  
С ней идут три тетки –  
Белые поддевки:  
Метель, Вьюга да Пурга.  
У тех теток есть слуга:  
Злющий дядька Мороз,  
Кого схватит – тот замерз!»

После этих слов дети разбегаются, а «Мороз» старается их осалить, «заморозить». Тот, кого морозу удалось осалить должен замереть на месте, расставив руки в сторону. Остальные игроки могут его «разморозить» – бросить в него снежком (и, конечно, попасть). Когда все игроки, кроме одного, заморожены, игра заканчивается и последний, самый ловкий игрок, становится новым «Морозом». Для детей помладше можно упростить правила. Тот, кого «Мороз» первым догнал, становится водящим. И игра повторяется сначала.

### **«Зимний котел» — русская народная зимняя подвижная игра**

Эта игра – русский детский хоккей. Для начала, все игроки обзаводились клюшками – загнутыми на концах палками. Сегодня можно использовать для игры детские пластмассовые клюшки. На снегу чертят круг диаметром 4-5 метров. В центре большого круга чертят маленький круг диаметром около 70-80 сантиметров. Маленький круг – котел.

Перед игрой считалкой выбирают водящего – «сторожа». Он встает внутрь большого круга. Все остальные дети располагаются по периметру большого круга с внешней стороны.

Играют небольшим кусочком льда или слежавшегося снега. Игроки стараются так бросить льдинку, чтобы она угодила в «котел». «Сторож» отбивает льдинку и защищает «котел». Игроки могут перебрасывать льдинку друг другу, выбирая удачный момент для броска. Тот, чей удар окажется результативным, занимает место «сторожа» и игра продолжается. Если у вас нет клюшек, то играть в народную игру «Зимний котел» можно и ногами. Надо сказать, что в народную игру «Котел» играли в любое время года, но правила были несколько другими – значительно более сложными.

### **«Льдинка» — русская народная зимняя подвижная игра**

Чертят две окружности – одна внутри другой – диаметром 5-6 метров большая и 0.5-0.7 метров малая окружность. Вместо маленького круга еще лучше выкопать неглубокую ямку. В эту ямку складывают 10-12 льдинок. Выбирают ведущего. Его место – внутри большой окружности. Выходить за ее пределы он не имеет права. Остальные игроки находятся в начале игры за пределами круга. Задача игроков – выбить льдинку из большого круга. Водящий старается осалить тех детей, которые забегают в круг, чтобы

выбить льдинку. Тот, кого осалили, становится новым водящим (при этом игра не прекращается). Играют до тех пор, пока из круга не будет выбита последняя льдинка.

### **«Масло»**

Один из играющих – «масло» - садится в салазки, а другой возит его. Остальные стремятся «отведать» масла и с этой целью стараются дотронуться до него. Возница «защищает масло», причем, если он до кого-нибудь дотронется, то последний становится «маслом», а бывший «маслом» - возит.

### **«Крута гора»**

Перед игрой делается из снега горка. Играющие ходят вокруг нее и поют:  
Стоит крута гора среди нашего двора,  
Супротив терема высокого,  
Супротив кольца широкого,  
Не пройти, не проехать,  
Что ни конному, что ни пешему.  
Потом игроки по очереди прыгают через горку. Кто ее заденет, выбывает из игры.

### **«Синицы и снегири»**

Это один из вариантов игры в салочки. Дети делятся на две команды: одна команда — «синицы», другая — «снегири». Можно выбрать и другие названия, главное, чтобы их удобно было произносить.

Ведущий называет одну из команд, и та должна ловить участников другой команды.

Например, сначала «синицы» ловят «снегирей», затем наоборот.

Зимние народные забавы — замечательный способ разнообразить зимнюю прогулку в детском саду. Ребята получают массу позитивных эмоций и смогут больше узнать о своих национальных традициях. Главное — подбирать игры согласно возрасту детей, чтобы им было легко усвоить правила и периодически их менять, чтобы впечатления оставались яркими.

#### **Источники консультационного материала**

<http://www.karakyli.ru/2014/07/03/narodnye-igry-zimnoj/>

<https://melkie.net/podborki/russkie-narodnye-zimnie-igry.html>

<https://www.maam.ru/detskij-sad/kartoteka-ruskih-narodnyh-igr-dlja-zimnih-razvlechenii-i-zabav-1040351.html>

<https://ped-kopilka.ru/kalendar/zima/zimnie-igry-dlja-detei-na-ulice.html>

#### **Рекомендуемая литература для дополнительного ознакомления**

Детские подвижные игры народов России, стран СНГ и Балтии. - М.: Диалог культур,

Детские подвижные игры народов СССР / ред. Т.И. Осокина. - М.: Просвещение, 1988.

Детские подвижные игры народов СССР. - М.: Просвещение, 1989.

Н.Дедулевич, М. Играй - не зевай. Подвижные игры с дошкольниками / М. Н.Дедулевич. - М.: Просвещение, 2007.

Нищева, Н. В. Карточка подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики / Н.В. Нищева. - М.: Детство-Пресс,