

Государственного общеобразовательного казенного учреждения  
Иркутской области «Специальная (коррекционная) школа № 33 г.  
Братска»

Методическая разработка на тему:  
«Русские народные игры для детей с интеллектуальными  
нарушениями»

Автор-составитель:  
воспитатель  
Константинова Е.Ю.

2019 год

**Цель:** пропаганда и популяризация русских народных игр, здорового образа жизни и спорта, а так же физическое развитие детей интеллектуальными нарушениями.

### **Пояснительная записка.**

Русские народные игры для детей ценны в педагогическом отношении и имеют столь широкий диапазон воздействия на организм и личность, что создают неограниченные возможности влияния на все сферы жизнедеятельности детей с интеллектуальными нарушениями, определённый духовный настрой, интерес к народному творчеству. Особая ценность игр для детей заключается в возможности одновременного воздействия на моторную и психическую сферу. Быстрая смена игровых ситуаций предъявляет повышенные требования к подвижности нервных процессов, скорости реакции и нестандартности действий. Игры вынуждают мыслить наиболее экономно, реагировать на действия партнеров, приспосабливаться к обстановке. Играющему ребенку приходится выбирать и совершать из множества операций одну которая, по его мнению, может принести успех. Чем разнообразнее информация поступает в мозг, тем интенсивнее включаются психические процессы. Именно поэтому с помощью игры у ребенка с интеллектуальными нарушениями, развивают восприятие, мышление, внимание, воображение, память, моторику, речь, повышая умственную активность и познавательную деятельность в целом. Методическая разработка на тему: «Русские народные игры для детей с интеллектуальными нарушениями» представляет собой подборку игр, которые направлены на формирование и развитие навыков общения, предназначено для использования в образовательных учреждениях, для студентов педагогических колледжей, родителей.

## **Русские народные игры.**

### **Русская народная хороводная игра «Каравай»**

Хоровод начинает двигаться по кругу в сопровождении слов:

Как на ... именины (называют имя ребенка-именинника)

Испекли мы Каравай.

Вот такой вышины! (руки поднимают как можно выше)

Вот такой нижины!

(присаживаются на корточки, руки практически кладут на пол)

Вот такой ширины! (расходятся в стороны, стараясь сделать хоровод как можно большего диаметра)

Вот такой ужины! (хоровод сходится, сжимается, подходит вплотную к имениннику)

Каравай, каравай, кого любишь, выбирай! (хоровод приходит к своему «нормальному» размеру и останавливается)

Именинник говорит: Я люблю, конечно, всех,

Но вот ... больше всех! (называет имя выбранного ребенка, берет его за руку и ведет в центр хоровода)

Теперь именинник становится в хоровод, а выбранный им ребенок становится «именинником».

### **Русская народная хороводная игра «Пузырь»**

Ребята берутся за руки, образуют круг. Перед началом игры хоровод сходится как можно ближе к центру. Пузырь сдут. Далее «надувают» пузырь, т.е. расходятся в стороны, стараясь сделать хоровод максимально большим. Хоровод-пузырь «надувается» до тех пор, пока кто-то из участников хоровода, не выдержав напряжения, не отпустит руки. Значит, пузырь «лопнул». Игра сопровождается следующим текстом:

Надувайся, пузырь,  
Надувайся велик!  
Раздувайся, держись,  
Да не рвись!

### **Русская народная хороводная игра «Дубок»**

Этот хоровод костромской губернии. Дети, встав в хоровод, поют (или ритмично приговаривают) о дубке и, не разрывая рук, показывают движения.

У нас рос дубок

Ветки да его —

Вот таков,

Вот так высоки,

Вот таков!

Вот этак высоки!

(Хоровод двигается по кругу. С последним словом хоровод останавливается)

(руки поднимают вверх и покачивают ими)

Корень да его —

Листья да его —

Вот так глубоки,

Вот так широки,

Вот этак глубоки!

Вот этак широки!

(Дети нагибаются, стараясь достать руками до пола)

(хоровод расходится, расширяется)

Вместо дубка можно взять любое другое дерево – сосну, клен и т.д.

### **Русская народная хороводная игра «Вьюн»**

Эта хороводная игра требует довольно серьезной подготовки. Поэтому, скорее это уже не хороводная игра, а номер для выступления на фольклорном празднике. Все участники хоровода встают в круг. Можно взяться за руки. Исполняется песня «Со вьюном я хожу»:

Со вьюном я хожу,

Положу я вьюн, положу я вьюн

(все участники хоровода двигаются к центру, плавно поднимая руки)

Положу я вьюн на правое плечо,

С золотым я хожу,

Положу я вьюн на правое плечо.

(хоровод расходится от центра, руки опускаются)

(Левую руку кладут на свое правое плечо, а правой рукой берут левую руку впереди стоящего участника хоровода. Хоровод медленно двигается по кругу)

Я не зная, куда вьюн положу,

А со правого, а со правого,

Я не зная, куда вьюн положу.

А со правого налево положу,

(участники хоровода поднимают руки вверх и раскачивают ими из стороны в сторону)

А со правого налево положу.

(Хоровод меняет направление движение, меняется положение рук – теперь правая рука на своем левом плече, а левая рука на левом плече соседа)

### П/и «Жмурки»

Ход игры: Жмурка выбирается при помощи считалки. Ему завязывают глаза, отводят на середину площадки, и поворачивают несколько раз вокруг себя. Разговор с ним:

- *Кот, кот, на чем стоишь?*
- *На мосту.*
- *Что в руках?*
- *Квас.*
- *Лови мышей, а не нас!*

Игроки разбегаются, а жмурка их ловит. Пойманного игрока жмурка должен узнать, назвать его по имени, не снимая повязки. Тот становится жмуркой.

### П/и (русская народная) «Зимующие и перелетные птицы»

Ход игры: Дети надевают шапочки птиц (перелетных и зимующих). В середине площадки на расстоянии друг от друга стоят два ребенка в шапочках Солнышка и Снежинки. «Птицы» бегают врассыпную со словами:

*Птички летают, зерна собирают.*

*Маленькие птички, птички-невелички».*

После этих слов «перелетные птицы» бегут к Солнцу, а «зимующие» - к снежинке. Чей круг быстрее соберется, тот и выиграл.

### П/и (русская народная) «Пчелки и ласточка»

Ход игры: Играющие дети - «пчелки» сидят на корточках. «Ласточка» - в своем гнезде. «Пчелки» (сидят на поляне и напевают):

*Пчелки летают, медок собирают!*

*Зум, зум, зум! Зум, зум, зум!*

Ласточка: - *Ласточка летает, пчелок поймает.*

Вылетает и ловит «пчел». Пойманный становится «ласточкой».

### П/и «Жмурки с колокольчиком»

Ход игры: Одному из детей дают колокольчик. Двое других детей – жмурки. Им завязывают глаза. Ребенок с колокольчиком убегает, а жмурки его догоняют. Если кому-то из детей удастся поймать ребенка с колокольчиком, то они меняются ролями.

### П/и (русская народная игра) «Картошка»

Ход игры: Игроки встают в круг и перебрасывают мяч друг-другу не ловя его. Когда какой-нибудь игрок роняет мяч - он садится в круг (становится "картошкой"). Из круга, подпрыгивая из положения, сидя, игрок пытается поймать мяч. Если поймает, то снова становится к играющим, а тот игрок, который упустил мяч - становится картошкой. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один игрок или не надоест.

### П/и (русская народная) «Снежная баба»

Ход игры: Выбирается «Снежная баба». Она садится на корточки в конце площадки. Дети идут к ней, притоптывая,

*Баба Снежная стоит,*

*Вечерами тихо ждет,*

*Утром дремлет, днями спит.*

*Ночью всех пугать идет.*

На эти слова «Снежная баба» просыпается и ловит детей. Кого поймают, тот становится «Снежной бабой».

### **П/и (русская народная) «Утка и селезень»**

Цель: знакомить с русскими народными играми; развивать быстроту движения.

Ход игры: Двое играющих изображают Утку и Селезня. Остальные образуют круг и берутся за руки. Утка становится в круг, а Селезень за кругом.

Селезень пытается проскочить в круг и поймать Утку, при этом все поют:

*Селезень, ловит утку,*

*Молодой ловит серую.*

*Пойди, утица, домой,*

*Пойди, серая, домой.*

*У тебя семеро детей,*

*Восьмой селезень.*

### **П/и (русская народная) «Капуста»**

Цель: развивать ловкость движений.

Ход игры: Круг – это огород. В середине складывают платки, обозначающие капусту. «Хозяин» садится рядом с капустой и говорит:

*Я на камешке сижу, мелки*

*Чтоб капусту не украли, в огород*

*кольшики тешу,*

*не прибежали*

*Мелки кольшики тешу, огород свой*

*Волки и синицы, бобры и куницы,*

*горожу.*

*Заяц усатый, медведь косолапый.*

Дети стараются забежать в «огород», схватить «капусту» и убежать. Кого «хозяин» поймают – из игры выбывает.

### **Салки**

Сюжет игры очень прост: выбирается один водящий, который должен догнать и осалить разбежавшихся по площадке игроков.

Но у этой игры есть несколько усложняющих ее вариантов.

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

Первый же игрок, до которого водящий дотронется, сам становится водящим.

2. Осаленный игрок останавливается, вытягивает руки в стороны 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 двое или трое.

### **Прятки**

Эта игра вам наверняка знакома, у нее, однако, много различных вариантов.

Основные правила таковы: один человек водит, а другие – прячутся.

Водящий должен отыскать всех игроков и осалить их до того, как они успеют спрятаться «дома».

Водящий, выбранный с помощью считалки, становится в условленном месте с закрытыми глазами. Это место называется «кон».

Пока водящий громко считает до 20–30, все играющие прячутся на

определенной территории. После окончания счета водящий открывает глаза и отправляется на поиски спрятавшихся.

Если он увидит кого-то из укрывшихся игроков, он громко называет его имя и бежит на кон. В знак того, что игрок найден, надо постучать на кону о стенку или дерево.

Если найденный игрок добежит до кона и постучит там раньше водящего, то он не считается пойманным. Он отходит в сторону и ждет окончания игры.

Водящий должен «застукать» как можно больше спрятавшихся игроков.

В следующий раз водящим становится тот игрок, который был найден и «застукан» последним (или, по решению играющих, – первым).

Каждый раз, когда водящий далеко отходит от кона, спрятавшиеся игроки могут незаметно подкрасться к кону и постучать. В этом случае они не будут считаться обнаруженными.

### **Гуси**

На площадке на расстоянии 10–15 метров проводят две линии – два «дома».

В одном находятся гуси, в другом их хозяин.

Между «домами», «под горой», живет «волк» – водящий.

«Хозяин» и «гуси» ведут между собой диалог, известный всем с раннего детства:

– Гуси, гуси!

– Га-га-га!

– Есть хотите?

– Да-да-да!

– Так летите!

– Нам нельзя. Серый волк под горой не пускает нас домой!

После этих слов «гуси» стараются перебежать к «хозяину», а «волк» их ловит.

Пойманный игрок становится «волком».

### **Горелки**

Играющие выстраиваются в колонну парами, взявшись за руки.

Водящий стоит перед колонной в нескольких шагах, спиной к играющим. Он говорит:

Гори-гори ясно,

Чтобы не погасло.

И раз, и два, и три.

Последняя пара беги!

На слово «беги» пара, стоящая последней, должна быстро обежать колонну и встать впереди. А водящий стремится опередить их и занять одно из мест первой пары. Тот, кому не хватило места, становится водящим.

Вместо слов «последняя пара» водящий может произнести: «Четвертая пара» или «Вторая пара». В этом случае всем играющим надо быть очень внимательными и помнить, какими по счету они стоят в колонне.

### **У медведя во бору**

На площадке чертят две линии на расстоянии 6–8 метров одна от другой.

За одной линией стоит водящий – «медведь», за другой «дом», в котором

живут дети.

Дети выходят из «дома» в «лес» собирать грибы и ягоды.

Они подходят к медвежьей берлоге со словами:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

Все на нас глядит.

На последних словах «медведь» выскакивает из «берлоги» и старается осалить убегающих в свой дом детей.

Осаленный «медведем» игрок становится «медведем».

### **Жмурки**

Игра проходит на небольшой ограниченной площадке, на которой нет опасных препятствий.

Водящему завязывают глаза, или он просто зажмуривается. Он должен с закрытыми глазами осалить кого-нибудь из играющих.

Играющие убегают от водящего, но при этом не заходят за пределы площадки и обязательно подают голос – называют водящего по имени или кричат: «Я здесь».

Осаленный игрок меняется ролями с водящим.

### **Аленушка и Иванушка**

Выбирают Аленушку и Иванушку, завязывают им глаза. Они находятся внутри круга.

Играющие встают в круг и берутся за руки.

Иванушка должен поймать Аленушку.

Чтобы это сделать, он может звать ее: «Аленушка!» Аленушка обязательно должна откликаться: «Я здесь, Иванушка!», но сама она не очень-то торопится встретиться с Иванушкой и, чувствуя его приближение, отбегает в сторону.

Движения водящих комичны и иногда неожиданны.

Случается, Иванушка принимает за Аленушку кого-то из стоящих рядом и скорее хватается за него. Ему объясняют ошибку.

Как только Иванушка поймал Аленушку, их место занимают другие ребята и игра начинается сначала.

### **Казак-разбойники**

Играющие делятся на две группы. Одна изображает казаков, другая – разбойников.

У казаков есть свой дом, где в течение игры находится сторож. В его обязанности входит охрана пойманных разбойников.

Игра начинается с того, что казаки, оставаясь в своем доме, дают возможность разбойникам спрятаться. При этом разбойники должны оставлять следы: стрелки, условные знаки или записки, где указывается место следующей отметки.

Следы могут быть и ложные, для того чтобы запугать казаков. Через 10–15 минут казаки начинают поиски.

Игра заканчивается тогда, когда все разбойники пойманы, а пойманным

считается тот, кого увидели казаки.

Игру лучше проводить на большой, но ограниченной какими-либо знаками территории.

По окончании игры казаки и разбойники меняются ролями.

### **Удочка**

Удочка – это скакалка. Один ее конец в руке «рыбака» – водящего.

*Все играющие встают вокруг «рыбака» не дальше чем на длину скакалки.*

«Рыбак» начинает раскручивать «удочку», пытаясь задеть ею по ногам играющих.

«Рыбки» должны уберечься от «удочки», перепрыгнуть через нее. Чтобы «рыбки» не мешали друг другу, между ними должно быть расстояние примерно в полметра.

«Рыбки» не должны сходить со своих мест.

Если «рыбаку» удалось поймать «рыбку», то есть дотронуться «удочкой», то место «рыбака» занимает пойманная «рыбка».

Необходимо соблюдать такое условие: скакалку можно крутить в любую сторону, но нельзя поднимать ее от земли выше, чем на 10–20 сантиметров.

### **Кошки-мышки**

Для игры выбираются два человека: один – «кошка», другой – «мышка». В некоторых случаях количество «кошек» и «мышек» бывает и больше. Это делается для того, чтобы оживить игру.

Все остальные играющие встают в круг, взявшись за руки, и образуют «ворота».

Задача «кошки» – догнать «мышку» (то есть дотронуться до нее рукой). При этом «мышка» и «кошка» могут бегать внутри круга и снаружи.

Стоящие в кругу сочувствуют «мышке» и, чем могут, помогают ей.

Например: пропустив через «ворота» «мышку» в круг, они могут закрыть их для «кошки». Или, если «мышка» выбегает из «дома», «кошку» можно там запереть, то есть опустить руки, закрыв все «ворота».

Игра эта не проста, особенно для «кошки». Пусть «кошка» проявит и умение бегать, и свою хитрость, и сноровку.

Когда «кошка» поймает «мышку», из числа играющих выбирается новая пара.

### **Тише едешь**

Водящий и играющие находятся по разные стороны двух линий, которые прочерчены на расстоянии 5–6 метров друг от друга.

Задача играющих – как можно быстрее дойти до водящего и дотронуться до него. Тот, кто это сделал, становится водящим.

Но дойти до водящего непросто.

Играющие двигаются только под слова водящего: «Тише едешь, дальше будешь. Стоп!» На слово «стоп» все играющие замирают.

Водящий, который стоял до этого спиной к играющим, поворачивается и смотрит.

Если в этот момент кто-то из играющих пошевелится, а водящий это заметит, то этому игроку придется уходить назад, за черту.



Водящий может смешить замерших ребят. Кто рассмеется, также возвращается за черту. А затем игра продолжается.

### **Али-Баба и разрывные цепи**

Играющие делятся на две команды и встают, взявшись за руки, лицом к команде противника, на расстоянии 5–7 метров.

Игру начинает одна из команд словами: «Али-Баба!» Вторая команда хором отвечает:

«О чем, слуга?»

Вновь говорит первая команда, называя имя одного из игроков команды противника, например: «Пятого, десятого, Сашу нам сюда!»

Названный игрок оставляет свою команду и бежит к команде противника, стараясь с разбега разорвать цепь, то есть расцепить руки игроков.

Если ему это удастся, он забирает в свою команду игрока, расцепившего руки.

Если цепь не разорвалась, то он остается в команде противника.

Игру команды начинают по очереди.

Побеждает та команда, в которой через определенное время будет больше игроков.

### **Двенадцать палочек**

Для этой игры нужна дощечка и двенадцать палочек.

Дощечку кладут на плоский камень или небольшое бревнышко, чтобы получилось подобие качелей.

На нижний конец дощечки кладут двенадцать палочек, а по верхнему один из играющих ударяет так, чтобы все палочки разлетелись.

Водящий собирает палочки, а играющие в это время убегают и прячутся.

Когда палочки собраны и уложены на дощечку, водящий отправляется искать спрятавшихся. Найденный игрок выбывает из игры.

Любой из спрятавшихся игроков может незаметно для водящего подкрасться к «качелям» и вновь разбросать палочки.

При этом, ударяя по дощечке, он должен выкрикнуть имя водящего.

Водящий вновь собирает палочки, а все играющие снова прячутся.

Игра заканчивается, когда все спрятавшиеся игроки найдены и при этом водящий сумел сохранить свои палочки.

Последний найденный игрок становится водящим.

### **«Утки и гуси»**

Эту игру лучше проводить на улице, в просторном и ровном месте, и желательно, чтобы играло побольше народу.

Дети выбирают ведущего, а остальные садятся на землю в круг.

Ведущий начинает медленно идти с наружной стороны круга, дотрагивается рукой до каждого игрока и говорит слово «утка» или «гусь».

Если игрока назвали уткой, он продолжает спокойно сидеть, если гусем, он вскакивает и догоняет ведущего, пока тот не успел занять свободное место гуся.

Если ведущему это удастся, в следующем кону водит «гусь».

### **Шапка-невидимка**

Держа руки за спиной, играющие становятся плечом к плечу по кругу. У одного из них в руках «шапка-невидимка» – треуголка, сложенная из листа бумаги. Водящий – в середине круга.

По сигналу участники игры начинают передавать за спиной шапку друг другу, стараясь делать это так, чтобы водящий не знал, у кого она находится. Водящий ходит по кругу и зорко следит за движениями играющих. Время от времени он останавливается и, указывая на одного из игроков, громко говорит: «Руки!» Тот, к кому обращается водящий, должен сейчас же вытянуть руки вперед.

Если при этом шапка окажется у игрока, он сменяет водящего.

В минуту опасности нельзя бросать шапку на пол. Нарушивший это правило выходит из игры.

Любой участник игры, когда к нему попадет шапка, может надеть ее себе на голову, если только водящий не обращает на него внимания или находится не очень близко.

Секунду покрасовавшись в шапке, надо снять ее и пустить по кругу.

Если водящий запятнает, когда шапка на голове, придется уступить ему свое место, а самому водить.

### **«Горячий картофель»**

Традиционно в игре использовался настоящий картофель, но его можно заменить на теннисный мячик или волейбольный мяч.

Дети садятся в круг, ведущий находится в центре. Он бросает «картошку» кому-нибудь из игроков и тут же закрывает глаза.

Дети перебрасывают ее друг другу, желая как можно быстрее от нее избавиться (будто это натуральная горячая картошка).

Вдруг ведущий командует: «Горячий картофель!»

Тот, у кого в данный момент оказалась в руках «горячая картошка» – выбывает из игры.

Когда в кругу остается один человек, игра прекращается, и этот игрок считается победившим.

### **«Камень, ножницы, бумага»**

Эта игра знакома всем, в нее, как правило, играют двое.

Каждый из игроков на счет «три» изображает рукой какую-либо фигуру – камень (сжатый кулак), бумагу (открытая ладонь) или ножницы (два пальца, вытянутые буквой).

Победитель определяется так: ножницы разрежут бумагу, бумага обернет камень, камень затупит ножницы.

За каждую победу участник получает одно очко, выигрывает тот, кто набрал большее количество очков.

### **«Сельди в бочке»**

Эта игра – противоположный вариант «прятки».

Игроки закрывают глаза и считают до 10, пока ведущий убегает и прячется.

Через некоторое время один из игроков идет на поиски ведущего и если не находит его за одну минуту – выбывает из игры. Если же он нашел ведущего,

то прячется вместе с ним.

Далее на поиски ведущего выходит следующий участник, и тоже, если находит его, прячется, если нет – выбывает.

Игра продолжается до тех пор, пока из игры не выйдет последний человек или пока все не спрячутся вместе с ведущим, словно сельди в бочке.

Главное при этом – не засмеяться!

### **Юла**

Все ребята знают юлу. С юлой можно затеять веселую игру. 5–6 ребят становятся в кружок.

Один берет фанеру такой величины, как тетрадь, запускает на ней юлу и быстро говорит: «У меня была юла, поюлила и ушла».

Сказав эту скороговорку, нужно сейчас же передать фанерку с юлой соседу справа.

Так юла переходит от одного играющего к другому; передавать ее дальше можно только тогда, когда скажешь скороговорку.

У кого-то из ребят юла упадет боком на фанерку и «замрет». Тогда все кричат: «Юла замерла!»

Тот, у кого на руках замрет юла, считается «зевакой», – он передает юлу вместе с фанеркой своему соседу, а сам скачет по кругу на одной ножке.

Когда зевака доберется до своего места, его сосед запускает юлу, и игра продолжается.

Смотрите, как бы, передавая фанерку, не уронить юлу на пол: кто уронит юлу, тоже становится зевакой – ему придется скакать на одной ножке.

Таким образом, через русские народные игры ребенок не только укрепляет здоровье, осмысливает и познает окружающий мир, но и развивается его интеллект, фантазия, воображение, формируются социальные качества.

## **Литература**

1. <http://doy16.edu5gor.ru/index.php/2016-01-22-09-52-44/sovety-psikhologa/62-igry-adaptirovannye-dlya-detej-s-ovz>
2. <http://www.maam.ru/detskijasad/kartoteka-igr-po-rabote-s-detmi-s-ogranichenymi-vozmozhnostjami-zdorovja-ovz.html>.
3. <https://multiurok.ru/files/korriektsionno-razvivaiushchiie-ighry-dlia-dietiei-s-ovz.html>
4. <https://moluch.ru/archive/121/33479/>
5. <https://infourok.ru/programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-podvizhnie-igri-dlya-uchaschihsya-s-ovz-1715590.html>
6. <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2014/02/18/podvizhnye-igry-i-ikh-korreksionnaya-rol-v>