*Консультация для родителей*

**Забытые игры нашего детства**

Сегодня на смену увлекательным, коллективным, подвижным играм пришли компьютерные аналоги. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что у ребенка остается все меньше времени для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками, да и родителями в целом. Нарушение такого баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными, индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей дошкольников.   
 Часто, после открытых занятий или спортивных праздников, приходилось слышать от родителей детей: «А помните, как мы играли в нашем детстве? Сейчас, многие игры забыты». Именно эти фразы родителей, сподвергли меня на создание данного материала.  
В предлагаемой консультации представлены разнообразные подвижные игры, предназначенные для проведения на свежем воздухе и в помещении.  
 Игра органически присуща детскому возрасту, а при умелом руководстве со стороны взрослых (родителей) способна творить чудеса. Ленивого, она может сделать трудолюбивым, незнайку-знающим, неумелого-умелым. Словно волшебная палочка, игра может изменить отношение ребенка к тому, что кажется им порой слишком обычным, скучным, надоевшим.  
 Игра для детей - важное средство самовыражения, проба своих сил. Подвижные игры - самое лучшее лекарство для современных детей от «двигательного голода» – гиподинамии.  
 Многие игры существуют с незапамятных времен и передаются из поколения в поколение. Время вносит изменения в сюжеты некоторых игр, наполняют их новым содержанием, отражающим современную жизнь. Имеют простоту заданий, но направлены на развитие основных видов движений: ходьбу, бег, прыжки, лазание, метание, бросание и ловлю, координацию.  
 Предлагаю вместе вспомнить забытые игры. Научить в них играть своих воспитанников, детей.

Желаю вам успехов!

**ИГРА «КЛАССИКИ»**

Классики или классы — старинная детская игра, популярная во всём мире, включая Россию и СССР. Играется, как правило, на асфальте, расчерченном мелом на квадратики или другие фигуры («классы»). Играющие, прыгая на одной ноге, толкают «биту» (например, плоскую круглую баночку или шайбу) из квадрата в следующий квадрат, стараясь не попасть на черту. Есть разновидность игры без биты, когда квадраты нумеруются в произвольном порядке и в них просто прыгают согласно традиционной последовательности счёта — 1,2,3,... Особенность игры заключается в том, что прыгать приходится вбок, назад, через один-два квадрата и т.п.  
 Игра в классики была популярна в Европе уже в Средние века, хотя иногда отмечают, что корни игры восходят к временам Римской империи: аналогичная игра упомянута Плинием, аж в 1534 году.  
 Изначально игра, судя по упоминаниям в литературе, была мальчишеской, в конце XIX века, как минимум в США и Дании, в ней стали участвовать и девочки. Уже в начале XX века во всём мире игра стала преимущественно девичьей.  
 Аналогичное смещение произошло в России. Игра попала в Россию, видимо, в XIX веке и к концу века распространилась очень широко: так, она была зафиксирована на Кавказе (где была известна как «классы» или «царь» и имела разные схемы расчерчивания), в Белоруссии. Девочки начали играть в классы к 1910-м годам.   
 **Правила игры**  
**Вариант 1. Обычный.**  
 "Простые" классики. Прыгаем на одной ноге на 1, потом 2, потом сразу двумя ногами на 3-4, одной на 5, двумя на 6-7, одной на 8, двумя на 9-10, поворачиваемся на 180%, при этом оказываясь вновь двумя ногами на 9-10, и обратно тем же ходом.  
 Дальше кидаем на 2 квадрат (это - "второй класс") и снова прыгаем сначала. И так далее, кидая биту все дальше и дальше, но всегда начиная прыгать с первого квадрата. На "обратном пути" нужно наклониться и поднять свою биту (если в этот момент игрок стоит на одной ноге, нужно все равно наклониться - тут главное не потерять равновесие). Если не попадаем битой в нужный квадрат, происходит переход хода - прыгает следующий игрок. Выигрывает тот, кто первый "осилит" 10 (десятку). Если бита вдруг попадает в "котел", то сгорает один "класс" (надо будет кидать биту на 1 квадрат меньше, чем до этого "набрали").  
  
**Вариант 2. Разнообразный.**  
 Главное отличие этого варианта в том, что биту нужно "провести" по всем классам - от 1 до 10. Пройденным класс считается после того, как игрок дошел до 10 ячейки вместе с битой.  
 Суть игры: кидаем биту на квадрат с соответствующим "классом" и дальше выполняем по очереди задания ("классы"):   
Первый - обычный. Прыгаем или ходим как угодно, и перебрасываем биту на следующий квадрат при каждом шаге (прыжке).  
Второй - кидаем биту на цифру "2" с закрытыми глазами. Дальше прыгаем и ходим как угодно, главное - дойти до 10 квадрата.   
Третий - "кочерга". Прыгаем на правой ноге, "пиная" биту всегда влево на следующий квадрат. "Переменка" (возможность отдохнуть стоя на 2х ногах) - на 5м квадрате.  
Четвертый - на левой ноге. Биту "пинаем" все время вправо. "Переменка" (возможность отдохнуть стоя на 2х ногах) - на 6м квадрате.  
Пятый - прыгаем (не ходим, а именно прыгаем) и пинаем биту двумя ногами одновременно.  
Шестой - прыгаем и перебрасываем биту через одну клетку (1-3-5-7-9).  
Седьмой - нельзя смеяться. Все вокруг в это время пытаются насмешить.  
Восьмой - можно кидать биту из пятого класса (квадрата).  
Девятый - кидаем биту на "9" и прыгаем (с закрытыми глазами).   
Десятый - ручеек (т.е. десять раз на одной ноге из первого - в десятый), биту при этом можно не трогать.

**ИГРА «В РЕЗИНОЧКУ»**

Одной из увлекательных игр, в которую играли все дети конца XX века, была игра «в резиночку». В эту игру дети играли на асфальте у подъезда, на оборудованных во дворах площадках, на переменах в школе и даже на уроках физкультуры в спортзалах.   
 Что же представляет из себя эта простая, но интересная игра? Для игры требовалась обыкновенная бельевая резинка длиной около 2-х метров, концы которой связывались между собой. Количество играющих — трое или четверо. Игра по парам значительно увлекательнее, поскольку результат зависит от слаженности игры команды. Резинка натягивается между двумя игроками стоящими друг от друга на расстоянии 3-4м. Начальная высота – по щиколотку. Третий игрок или пара выполняют различные фигуры, прыгая на нее. После правильного выполнения упражнения задача усложняется тем, что резинка поднимается сначала до колен, потом до пояса. Высший класс, когда резинка находится на уровне груди играющих. При допущении ошибки в исполнении фигуры игрок или пара меняется с теми, кто держит резинку. Побеждает тот, кто выполнит все упражнения быстрее.  
**Правила игры**  
Приведу пример некоторых упражнений для «резиночки»:  
• Самое простое – запрыгнуть внутрь. Зафиксироваться. Выпрыгнуть, не задев резинку;  
• Стоя снаружи резинки перепрыгнуть на противоположную сторону не задев резинку и обратно, заняв исходную позицию;  
• Стоя снаружи резинки перепрыгнуть сначала внутрь, потом на противоположную сторону не задев резинку и обратно, заняв исходную позицию;  
• Запрыгнуть внутрь. Подпрыгнув наступить на резинку. Выпрыгнуть на исходную позицию;  
• Запрыгнуть внутрь. Подпрыгнув наступить на резинку. Подпрыгнуть, расставив ноги, чтобы обе части резинки оказались между них. Прыжком развернуться на 180° завязав ногами «бантик». Выпрыгнуть на исходную позицию.  
• Прыгая с исходной позиции зацепить ближний край резинки, оказавшись при этом внутри образовавшейся «восьмерки». Подпрыгнув наступить обеими ногами на резинку. Подпрыгнуть, расставив ноги, чтобы обе части резинки оказались между них. Прыжком развернуться на 180° завязав ногами «бантик». Выпрыгнуть на исходную позицию.  
  
 Порой во дворах проводились настоящие соревнования между командами, когда несколько пар боролись за первое место. Вторые места не котировались, признавались только лучшие из лучших! Для победителей придумывался приз, которым могла быть, например, огромная порция мороженого, коробка сладостей. Собирались и болельщики, которые размещались на лавочках, и азартно болели за понравившуюся команду.

**ИГРА «ЖМУРКИ»**

Жмурки (фантомас, слепой кот) — детская подвижная игра, в которой один из участников с завязанными глазами ловит других. Хорошо развивает координацию движений и слух играющих.  
Старинная русская народная игра. В нее играли на Руси с начала XYI века.  
**Правила игры**  
 Суть игры в том, что «водящий», (с завязанными глазами) должен отыскать, поймать человека (можно усложнить игру - «водящий» должен узнать, описать ого, кого поймал). В процессе начала игры «водящего» несколько раз поворачивают вокруг себя с целью затруднить последующую ориентацию в пространстве. Можно хлопать в ладоши, звать по имени и т.д., для того, чтобы обозначить свое положение. После того, как «водящий» поймает игрока, тот становится «водящим», и ему завязывают глаза. После этого всё начинается сначала.

**ИГРА «КОЛЕЧКО»**

Простая, но веселая русская народная игра. В нее играли еще на ярмарочных гуляниях в XXVI веке.  
**Правила игры**  
 Берется небольшое колечко, надевают его на ленточку и потом, связав концы ленточки, становятся в кружок и передвигают колечко по ленточке. Один из игроков, который находится в середине круга, спрашивает: «У кого колечко?» Каждый старается обмануть водящего, говоря: «У меня», и в это время, стараются колечко передать другому игроку. Эта игра требует особой ловкости и проворства. Если игрок угадал, у кого колечко, тот игрок становится «водящим».  
  
 Можно играть в «колечко» гораздо проще. Игроки садятся на скамейке, один кто-нибудь «ведущий» берет «колечко», и прячет между ладошек игроков, чтоб никто не видел. Когда он всех обойдет, тогда говорит: «Колечко, колечко, выйди на крылечко». Тот у кого «колечко», должен успеть выскочить на середину и не быть осаленным сидящими рядом игроками.

**ИГРА «САЛОЧКИ» ИЛИ «ПЯТНАШКИ»**

Салочки (пятнашки) — наиболее общее название детской игры в разных вариантах, но с главным принципом: игроки пытаются осалить (запятнать) друг друга касанием рукой, тем самым передать другому участнику игры ведение (необходимость осалить кого-то другого).  
**Правила игры**  
 Один из играющих — водящий, ему ловить. Остальные разбегаются. Кого осалит (дотронется ладонью) водящий, тот присоединяется к нему и ловит остальных вместе с ним. Изловив третьего, они ловят четвёртого, пятого и т.д., пока не переловят всех. Когда все пойманы, игра начинается снова. Существует другой, бесконечный вариант игры: тот, кого осалит водящий, сам становится водящим, а водящий, наоборот, становится простым игроком. Иногда по согласованию игроков вводится дополнительное правило: водящий не имеет права осаливать того, кто до этого осалил его самого.

**ИГРА «ПРЯТКИ»**

Игра в прятки, насчитывающая тысячелетнюю историю, стала привычной частью детской культуры – вариации пряток есть практически во всех странах мира. Безусловно, прятки на свежем воздухе и, опять же, группой детей, способствуют физическому развитию малышей. Игра тренируют слух, координацию, реакцию, развивают навыки самоконтроля.  
**Правила игры**  
 Перед началом игры по жребию определяют, кто будет водящим. Ему плотно завязывают глаза, чтобы он не мог ничего видеть, и ставят лицом к стенке. Водящий громко считает: «Раз, два, три, четыре, пять: я иду искать». За это время остальные дети должны спрятаться. Водящий пускается на поиски детей, а те, перебегая с места на место, стараются не шуметь, чтобы их не заметил водящий. Задача игроков, добежать до «кона» и успеть «запятнаться», чтоб водящий его не успел поймать. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не будут найдены.

**ИГРА «ВЫШИБАЛЫ»**

Популярная, динамичная и азартная игра с мячом. Рассчитана на большое количество детей (но не меньше 3 человек, из них 2 вышибающие (вышибалы) и один водящий).  
**Правила игры**  
 Игроки делятся на две команды: вышибающих и водящих. Игроки договариваются о расстоянии межу вышибалами и чертят линии, ближе которых им нельзя подходить друг к другу. Чем больше расстояние, тем труднее вышибать и легче уворачиваться от мяча. Команда водящих находится посередине вышибал. Вышибалы стараются вышибить водящих с помощью мяча. Выбитый, выходит и ждет окончания игры или пока ему не отдадут «свечку». Поймавший «свечку», может вернуть обратно одного из ранее выбитых. Когда остается последний водящий - он должен увернуться от мяча столько раз, сколько ему полных лет. Если он увернулся удачно, то вся команда заходит обратно и начинается все с начала. Иначе команды меняются местами.