

Министерство образования Свердловской области
государственное бюджетное учреждение Свердловской области "Ирбитский центр
психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи"
(ГБУ СО "Ирбитский ЦППМСП")

Методическое пособие

для воспитателей, психологов, логопедов и родителей

**«Игры народов России
в работе с детьми 3–7 лет:
развитие общения,
эмоций и социальных навыков»**

Автор-составитель: Сложинская Светлана Викторовна

Год издания: 2026

Оглавление

1. **Введение.** Почему мы возвращаемся к народным играм?
2. **Раздел 1. Народная игра как феномен культуры и инструмент развития**
 - 1.1. Что такое народная игра?
 - 1.2. Виды народных игр
 - 1.3. Почему народные игры — это «школа жизни»?
3. **Раздел 2. Развивающий потенциал народных игр**
 - 2.1. Эмоциональный интеллект: как игра учит чувствовать
 - 2.2. Коммуникация и социальное взаимодействие: правила, диалог, сотрудничество
 - 2.3. Познавательное и двигательное развитие
4. **Раздел 3. Игровая карта России: уникальность и общие черты**
 - 3.1. Русские народные игры (простор, община, хоровод)
 - 3.2. Игры народов Кавказа (ловкость, честь, уважение)
 - 3.3. Игры народов Поволжья (внимание, ритм, выдержка)
 - 3.4. Игры народов Сибири и Дальнего Востока (терпение, подражание природе, команда)
 - 3.5. Что объединяет игры всех народов?
5. **Раздел 4. Как построить игровое занятие с детьми**
 - 4.1. Принцип «от простого к сложному»
Блок 1: Игры-приветствия, хороводные, круговые
Блок 2: Игры с правилами и элементами соревнования
Блок 3: Сюжетно-ролевые и командные игры
6. **Раздел 5. Адаптация народных игр для решения образовательных задач**
 - 5.1. Общие принципы адаптации
 - 5.2. Адаптация для развития речи
 - 5.3. Адаптация для развития эмоционального интеллекта
 - 5.4. Адаптация для развития моторных навыков
 - 5.5. Адаптация для развития социального взаимодействия
7. **Раздел 6. Игры для детей с особыми образовательными потребностями**
 - 6.1. Дети с расстройствами аутистического спектра (РАС)
 - 6.2. Дети с задержкой психического развития (ЗПР) и интеллектуальными нарушениями
 - 6.3. Дети с тяжелыми нарушениями речи (ТНР)
 - 6.4. Дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью (СДВГ)
 - 6.5. Главное правило: не упрощать, а делать доступным
8. **Раздел 7. Создание безопасной игровой среды**
 - 7.1. Физическая безопасность
 - 7.2. Сенсорная безопасность
 - 7.3. Эмоциональная безопасность
9. **Раздел 8. Практическая подборка: народные игры с описанием и вариантами адаптации**
 - 8.1. Русские народные игры
 - 8.2. Игры народов Кавказа

8.3. Игры народов Поволжья

8.4. Игры народов Сибири и Дальнего Востока

10. **Заключение.** Игра как мост между поколениями и культурами

11. **Приложения**

Приложение 1. Считалки народов России

Приложение 2. Картотека игр по возрастам

Приложение 3. Шаблон «Социальная история» для ребенка

Приложение 4. Список рекомендуемой литературы и интернет-ресурсов

Введение

Уважаемые коллеги! Вы держите в руках пособие, которое поможет вернуть в жизнь детей живую, настоящую игру. Ту игру, в которую играли наши бабушки и дедушки, которая передавалась из уст в уста, из двора во двор. Народные игры — это не просто развлечение, это уникальный воспитательный инструмент, созданный многими поколениями.

Сегодня, в век гаджетов и готовых развлечений, дети часто теряют навыки живого общения, им трудно договариваться, понимать эмоции другого, проигрывать и выигрывать. Народные игры дают простые и понятные правила, которые помогают ребенку безопасно прожить самые разные социальные ситуации.

Кроме того, 2026 год объявлен Годом единства народов России. Наша страна многонациональна, и знакомство с играми разных народов — это естественный, радостный способ воспитать у детей уважение к культуре других людей, увидеть, что нас объединяет гораздо больше, чем различает.

В этом пособии вы найдете:

- теоретическое обоснование ценности народных игр;
- классификацию игр по регионам России;
- практические рекомендации по построению игровых занятий;
- подробные приемы адаптации игр для решения конкретных педагогических задач (речь, эмоции, моторика, социализация);
- специальные рекомендации для работы с детьми с ОВЗ;
- готовую картотеку игр с подробным описанием.

Раздел 1. Народная игра как феномен культуры и инструмент развития

1.1. Что такое народная игра?

Народная игра — это игра, характерная для данного народа, признанная таковой национальным сознанием. Она передается из поколения в поколение, отражает образ жизни людей, их быт, труд, представления о чести, смелости, мужестве.

Великий русский педагог К.Д. Ушинский писал: *«Воспитание, созданное самим народом и основанное на народных началах, имеет ту воспитательную силу, которой нет в самых лучших системах, основанных на абстрактных идеях или заимствованных у другого народа»*. Народная игра — это не придуманный в кабинете тренажер, а сама жизнь, отобранная веками.

1.2. Виды народных игр

Народные игры можно условно разделить на несколько групп:

- **Подвижные игры:** «Горелки», «Салки», «Лапта».
- **Познавательные игры:** игры на внимание, память, смекалку.
- **Ролевые и обрядовые игры:** связанные с календарными праздниками, имитацией охоты, труда.
- **Традиционные забавы:** ходули, качели, катание с горок, состязания (метание, прыжки, борьба).
- **Игры с игрушками и игровой фольклор:** считалки, жеребьевки, потешки.

1.3. Почему народные игры — это «школа жизни»?

В каждой игре заложен конкретный, жизненно важный смысл:

- **Договариваться без слов** («Колечко», «Краски»).
- **Давать безопасный выход энергии** (игры-поединки с четкими правилами).
- **Сплотить разных людей** (в игре все равны перед правилами).
- **Развить смекалку, внимание и уважение к другу.**

Раздел 2. Развивающий потенциал народных игр

2.1. Эмоциональный интеллект: как игра учит чувствовать

В одной игре ребенок проживает целый спектр эмоций: удивление, волнение, радость, восторг, легкое разочарование. В безопасной игровой обстановке он учится:

- распознавать свои чувства;
- считывать эмоции других (основа эмпатии);
- управлять своими импульсами.

2.2. Коммуникация и социальное взаимодействие

Игра — это модель реальных социальных отношений. Ребенок учится:

- соблюдать общие правила;
- дожидаться своей очереди;
- сотрудничать в паре или команде;
- достойно принимать победу и поражение.

2.3. Познавательное и двигательное развитие

Народные игры развивают:

- произвольное внимание и самоконтроль;
- память (заучивание считалок, правил);
- пространственное мышление;
- крупную и мелкую моторику, координацию;
- чувство ритма.

\

Раздел 3. Игровая карта России: уникальность и общие черты

3.1. Русские народные игры

Особенности: часто связаны с природными циклами, широкими просторами, коллективным трудом. Много хороводов (круг как символ единства) и активного бега.

Примеры: «Горелки», «Золотые ворота», «Ручеёк», «Пятнашки».

3.2. Игры народов Кавказа

Особенности: элементы единоборств, испытания на ловкость, меткость, отвагу, при строгом уважении к противнику.

Примеры: «Выбей из круга» (дагестанская), «Надень папаху», «Волк и овцы».

3.3. Игры народов Поволжья (татары, башкиры, чувашаи, марийцы)

Особенности: развивают внимательность, выдержку, ритмичность. Часто связаны с наблюдением за природой и животными.

Примеры: «Тимербай» (татарская), «Серый волк», «Утята и сокол» (марийская), «Продаём горшки».

3.4. Игры народов Сибири и Дальнего Востока

Особенности: учат бесшумному передвижению, меткости, терпению, слаженной командной работе. Много имитаций повадок животных и явлений природы.

Примеры: «Олени и пастухи», «Хейро» (Солнце), «Льдинки, ветер и мороз», «Стойбище».

3.5. Что объединяет игры всех народов?

Несмотря на различия, у всех игр есть общие черты:

1. **Круг** — символ равенства, единства, безопасности.
2. **Водящий (ловец)** — роль, которая учит ответственности и активной позиции.
3. **Подражание животным и природе** — древний способ понять мир.
4. **Правила и считалки** — учат справедливости: закон один для всех.

Важно для педагога: проводя «путешествие» по играм народов России, делайте акцент на сходстве. Это помогает детям увидеть общую человеческую мудрость, стоящую за каждой игрой.

Раздел 4. Как построить игровое занятие с детьми

Игровое занятие лучше выстраивать по принципу «от простого к сложному» — от создания чувства общности к решению более сложных коммуникативных и соревновательных задач.

4.1. Принцип «от простого к сложному»

Блок 1: Игры-приветствия, хороводные, круговые

Цель: снять напряжение, создать безопасное пространство, дать ребенку почувствовать себя частью целого.

Что развивают: чувство общности, синхронность, невербальный контакт.

Почему начинаем с них: ребенку не нужно проявлять инициативу, он следует общему движению — идеально для стеснительных детей.

Примеры: «Золотые ворота», «Каравай», «Пузырь».

Блок 2: Игры с чёткими правилами и элементами соревнования

Цель: научить соблюдать договорённости, переживать азарт, проигрывать и выигрывать, думать на шаг вперед.

Что развивают: самоконтроль, стратегическое мышление, уважение к сопернику.

Примеры: «Выбей из круга», «Тимербай», «Горелки».

Блок 3: Сюжетно-ролевые и командные игры

Цель: закрепить навыки сотрудничества, научиться распределять роли, договариваться ради общей цели.

Что развивают: коммуникацию, лидерские качества, воображение.

Примеры: «Стойбище», «Олени и пастухи», «Казачьи разбойники».

Раздел 5. Адаптация народных игр для решения образовательных задач

5.1. Общие принципы адаптации

Мы не упрощаем игру до примитива, а создаем ясную, предсказуемую и доступную версию для конкретной группы детей. Сохраняем суть — радость совместного движения и общения.

5.2. Адаптация для развития речи

Прием 1: встройте в игру речевую формулу (команда, сигнал, вопрос-ответ, диалог).

Прием 2: заранее разучите слова хоровода, считалки, ролевого диалога.

Прием 3: озвучьте действие — договоритесь, что прыжок или ловля сопровождаются словом: «Оп!», «Ловлю!», «Мой ход!».

Прием 4: добавьте кричалку или победный клич.

Результат: речь становится естественной, живой частью игры.

5.3. Адаптация для развития эмоционального интеллекта

Прием «Рефлексия после игры»: обсудите чувства. «Кому было страшно? Кому весело? Какое лицо было у Саши, когда его поймали? Давайте покажем!»

Прием «Эмоциональные карточки»: игроки получают задание изобразить конкретную эмоцию во время действия (радость, удивление, испуг). Это снимает зажимы.

5.4. Адаптация для развития моторных навыков

Меняем способ передвижения: бег → ходьба на цыпочках, прыжки, «как медведь», «как цапля».

Корректируем сложность: добавляем препятствия, сужаем границы, вводим предметы (мяч, ленту) или, наоборот, замедляем темп, увеличиваем пространство.

Пример («Горелки»): упрощение — игроки не бегут, а идут гусиным шагом; усложнение — пробегать змейкой между кеглями.

5.5. Адаптация для развития социального взаимодействия

Прием «Правило спасения»: осаленного можно спасти, взяв за руку.

Прием «Парные водящие»: двое водящих держатся за руки и действуют вместе — учатся согласовывать действия.

Прием «Общая цель»: победить можно только всей командой (построить крепость, перенести предмет).

Пример («Салки-спасатели»): осаленного можно «разбудить», дотронувшись и крикнув «Спасён!».

Раздел 6. Игры для детей с особыми образовательными потребностями

6.1. Дети с РАС

Задачи: снизить тревогу от неопределенности, сделать взаимодействие понятным и структурированным.

- **Визуальное расписание:** пошаговый алгоритм в картинках.
- **Социальная история:** короткий рассказ о том, что будет в игре.
- **Зонирование:** четкие границы (коврики, обручи, конусы).

Пример для «Тимербая»: использовать карточки «Делай как я» (зеленый круг) и «Замри» (красный круг). Убрать провокационную часть про «ленивых детей».

6.2. Дети с ЗПР и интеллектуальными нарушениями

Задачи: упростить инструкцию до 1-2 шагов, многократно повторять, использовать показ и совместные действия.

- **Дробление на микро-этапы:** сложную игру разбиваем на части и отработываем каждую отдельно.
- **Физические подсказки:** прием «рука в руке».
- **Конкретизация:** вместо абстрактных «поймай» — действия с предметами.

Пример («Горелки»): убираем бег парами, оставляем простой перебег от линии до линии по звуковому сигналу. Используем яркие конусы-«домики».

6.3. Дети с ТНР

Задачи: снять речевую нагрузку, дать альтернативные способы коммуникации (жесты, карточки).

- **Перевод правил в невербальный формат:** ведущий использует жесты и предметы.

Пример («Золотые ворота»): у ведущих в руках платочки. Подняли — ворота открыты, опустили — закрыты. Считалка не нужна. Коммуникация через улыбки и действия.

6.4. Дети с СДВГ

Задачи: направить энергию в полезное русло, давать короткие и четкие инструкции.

- **Особые поручения:** ребенок может быть сигнальщиком (бить в бубен), хранителем реквизита, счетоводом.
- **Короткие инструкции:** «Встали в круг! Пауза. Сигнал — бежим!»
- **Физический контакт:** перед инструкцией положить руку на плечо.
- **Немедленное поощрение:** хвалить сразу за соблюдение правила.

Пример («Горячие горелки»): все игроки бегут одновременно по сигналу (нет томительного ожидания).

6.5. Главное правило: не упрощать, а делать доступным

Одна и та же игра может иметь разные «версии» для разных детей в одной группе. Сохраняя традиционные правила как основу, мы добавляем визуальную, двигательную или сенсорную опору, необходимую конкретному ребенку. В результате все играют вместе, каждый на своем уровне — в этом рождается подлинное единство.

Раздел 7. Создание безопасной игровой среды

7.1. Физическая безопасность

- Оценить пространство на наличие острых углов, скользких поверхностей.
- Четко ограничить территорию для игр с бегом и закрытыми глазами.

7.2. Сенсорная безопасность

- Предупредить детей о возможных громких звуках, неожиданных тактильных контактах.
- Использовать нерезкие сигналы (колокольчик, бубен вместо свистка).
- Иметь «тихий уголок», куда ребенок может выйти при перевозбуждении.

7.3. Эмоциональная безопасность

- **Четкие и неизменные правила:** договариваемся о них до игры.
- **Право на паузу:** любой ребенок может сказать «стоп» или показать условный жест.
- **Нулевая терпимость к насмешкам:** водящий — это важная и сложная роль, а не роль «проигравшего».
- **Адаптируем не ребенка под игру, а игру под ребенка.** Если сегодня он может выполнить только часть правил — это уже победа.

Раздел 8. Практическая подборка народных игр

Здесь приводятся краткие описания. Для каждой игры указано: происхождение, цель, развитие, адаптация.

8.1. Русские народные игры

1. «Горелки»

Описание: игроки встают парами в колонну. Водящий («горящий») стоит впереди, спиной. Игроки последней пары бегут вперед, стараясь соединить руки. Водящий ловит одного из них.

Развивает: скорость реакции, синхронность в паре.

Адаптация: ввести правило поддержки — если пару поймали, все кричат «Горю ясно!», «освобождая» их.

2. «Золотые ворота»

Описание: двое игроков («ворота») поднимают сомкнутые руки. Остальные цепочкой проходят под ними. На последних словах считалки «ворота» опускаются и ловят.

Развивает: чувство ритма, сплоченность, снимает телесные зажимы.

Адаптация: пойманный становится частью «ворот» — плавная смена роли.

3. «Ручеёк»

Описание: игроки встают парами друг за другом, поднимая руки (коридор). Водящий проходит внутри и выбирает себе пару.

Развивает: инициативу, тактичность, создает позитивный фон.

8.2. Игры народов Кавказа

4. «Выбей из круга» (дагестанская)

Описание: в кругу водящий охраняет предметы (кегли). Игроки за кругом пытаются их выбить.

Развивает: невербальное взаимодействие, тактическое мышление.

Адаптация: игроки договариваются взглядами, кто будет атаковать.

5. «Надень папаху»

Описание: водящему завязывают глаза, он должен надеть папаху (шапку) на сидящего игрока.

Развивает: умение действовать в паре, ориентацию в пространстве.

8.3. Игры народов Поволжья

6. «Тимербай» (татарская)

Описание: водящий показывает разные движения, все повторяют, кроме «ленивых» детей.

Развивает: самоконтроль, внимание, снимает напряжение смехом.

Адаптация: для неговорящих детей — использовать карточки.

7. «Продаём горшки» (татарская)

Описание: диалог между покупателем и «продавцом». Покупатель пытается

«купить» горшок, игроки убегают.

Развивает: диалоговую речь, быстроту реакции.

8.4. Игры народов Сибири и Дальнего Востока

8. **«Льдинки, ветер и мороз»** (якутская)

Описание: по сигналу «Ветер» дети разбегаются, «Мороз» — замирают, «Льдинки» — кружатся.

Развивает: слуховое внимание, саморегуляцию.

Вариант: дети встают парами, хлопают «Дзинь-дзинь», по сигналу строят круги-льдинки.

9. **«Олени и пастухи»** (ханты, манси)

Описание: «пастухи», взявшись за руки, окружают «олений».

Развивает: коллективное действие (не «я поймал», а «мы поймали»).

Заключение

Народные игры — это мост между культурой и психологией, между весельем и развитием. Они дают нам готовые, гениально простые схемы, чтобы помочь каждому ребенку, независимо от его особенностей, почувствовать радость общения, принадлежность к группе и уверенность в своих силах.

Начните с одной игры. Адаптируйте её под своих детей. И вы увидите, как заработает этот древний и мудрый механизм.

Играйте с удовольствием!

Считалки народов России

Русские считалки

<p>1.«Раз, два, три, четыре, пять — вышел зайчик погулять, Вдруг охотник выбегает, Прямо в зайчика стреляет. Пиф, паф – не попал, Быстрый зайчик убежал.»</p>	<p>2. «Заяц белый» — Заяц белый, — Где ты был? — В лесу. — Что делал? — Лыки драл. — Куда клал? — Под колоду. — Кто брал? — Родивон. — Поди вон!</p>
<p>3. «Лиса» Лиса по лесу ходила, Лиса лычки драла, Лиса лапки плела — Мужу двое, себе трое И детишкам по лаптишкам!</p>	<p>4. «На золотом крыльце сидели» На золотом крыльце сидели: Царь, царевич, король, королевич, Сапожник, портной — Кто ты будешь такой? Говори поскорей, Не задерживай добрых и честных людей!</p>
<p>5. Аты-баты, шли солдаты, Аты-баты, на базар. Аты-баты, что купили? Аты-баты, самовар. Аты-баты, сколько стоит? Аты-баты, три рубля. Аты-баты, кто выходит? Аты-баты, это я!</p>	<p>6. «За морями, за горами» За морями, за горами, За дремучими лесами На пригорке — теремок, На дверях висит замок. Кто к замочку ключ найдёт, Тот из круга вон пойдёт</p>
<p>7. «Шла коза по мостику» Шла коза по мостику И виляла хвостиком, Зацепилась за перила, Прямо в речку угодила. Кто не верит — это он, Выходи из круга вон!</p>	

Народов Поволжья

<p>«Барма, барма, бармалап, Кем калды соң артта калып?» <i>Примерный перевод:</i> ("Палец, палец, ощупывая / перебирая, Кто же остался позади?")</p>	<p><i>Татарская</i></p>
<p>Во многих культурах для деления на команды использовались короткие диалоги-договоренности. Например, перед началом татарской игры «Продаём горшки» или «Тимербай» можно предложить детям договориться: «Кем буласың?» («Кем будешь?») — и выбрать роль.</p>	

Народов Сибири и Севера

Первичики, другичики, На жолубе, на голубе, Ставка, пленка, Сучок, обручок, Мотовило, стружок, Заяц, месяц, Вырвал травку, Положил на лавку. Кто взял, не взял, Ларион ступай вон.	Эны, бэны, барбарис, Две Иленки подрались. Одна тянет за косу, Отнимает колбасу.
Энэ, бэнэ, флок, Сам Петрович Блины пек. Пек, пек, не допек, Рассердился и утек.	Раз, два, три, четыре – все извозчики в трактире чай пьют, чашки бьют, на стол денежки кладут, а хозяйка зевает, только деньги подбирает. Прискакали Ермаки, поскидали колпаки; один Ермак не снял колпак, тот остался дурак.
Ени бени, дуки паки, шор ботори, башмаки, эву штэву, кушнатэву, там полям, вэк.	Анки дранки, тилиштрю, фабер, фибер, фаберкю, ан дан, ридаштан, ханэ хинэ, ханикан.
В играх народов Севера («Хейро», «Олени и пастухи») функцию считалки может выполнить ритмичное проговаривание слов на тему игры. Например: «Хей-ро, хей-ро, кто пойдет водить скорей?» или «Нарты, ягель, снег и лёд — кто водить, пойдет?».	

Кавказские

В играх кавказских народов использовались и используются считалки на родных языках (аварском, лезгинском, чеченском, осетинском и др.).

В многонациональной среде функцию выбора водящего часто берут на себя простые жребии или договоренности, либо используются общероссийские варианты.

Картотека игр по возрастам

Возрастная группа	Название игры	Народ	Краткое описание	Ключевые навыки и эмоции
Младшая группа (3–4 года)	«Хейро» (Солнце)	Ханты и манси	Дети идут по кругу, ведущий-«солнце» сидит в центре. Когда «солнце» встает, дети разбегаются, а затем собираются в круг по сигналу.	Развитие внимания, умения действовать по простому сигналу, преодоление страха перед активным движением.
Младшая группа (3–4 года)	«Льдинки, ветер и мороз»	Якутская	Игра-переключение: по команде «Ветер» — кружатся, «Мороз» — замирают, «Солнце» — танцуют.	Развитие самоконтроля и слухового внимания. Помогает гиперактивным детям научиться произвольно тормозить движения.
Младшая группа (3–4 года)	«Ручеёк»	Русская	Прохождение через «тоннель» из рук и выбор пары.	Создание позитивного эмоционального фона, обучение инициативе и тактильному контакту.
Средняя группа (4–5 лет)	«Золотые ворота»	Русская	Хоровод-ловушка. Дети проходят под воротами, которые закрываются на последних словах.	Чувство ритма, умение действовать синхронно. Снимает зажимы, пойманный ребенок плавно меняет роль с

Возрастная группа	Название игры	Народ	Краткое описание	Ключевые навыки и эмоции
				ведомого на ведущего.
Средняя группа (4–5 лет)	«Утята и сокол»	Марийская	«Утка-мама» защищает «утят». «Сокол» ловит их, а пойманные замирают, пока «мама» их не коснется.	Чувство защищенности, опыт взаимопомощи и возможность попросить о помощи («освободи»).
Средняя группа (4–5 лет)	«Тимербай»	Татарская	Водящий в центре показывает движения. Нужно повторять только «трудолюбивые» и не повторять «ленивые» (смешные).	Развитие концентрации и распознавания интонации. Создает поводы для смеха, снимая напряжение от необходимости постоянного контроля.
Средняя группа (4–5 лет)	«Гуси-лебеди»	Русская	Перебежки с диалогом. «Волк» ловит «гусей», которые бегут от пастуха домой.	Развитие диалоговой речи, ловкости, умения действовать по сигналу. Создает мощный командный дух.
Старшая группа (5–7 лет)	«Горелки»	Русская	Бег вдоль колонны по одному из пары. Водящий пытается запятнать бегущего, пока тот не взял партнера за руки.	Требует договоренности в паре («бежим вместе!»). Учит действовать на скорость и

Возрастная группа	Название игры	Народ	Краткое описание	Ключевые навыки и эмоции
				договариваться в стрессовой ситуации.
Старшая группа (5–7 лет)	«Волк и овцы»	Дагестанская	«Пастух» защищает колонну «овец», держащихся друг за друга. «Волк» нападает на хвост.	Телесная координация и доверие к команде. Учит принимать поражение как смену роли и понимать обе стороны конфликта.
Старшая группа (5–7 лет)	«Стойбище»	Ханты и манси	Сюжетно-ролевая имитация жизни: оленеводы, охотники, дети. Нужно изобразить жизнь стойбища.	Кооперация в малых группах, творчество. Позволяет стеснительным детям выбрать пассивную роль и постепенно включаться в игру.
Старшая группа (5–7 лет)	«Серый волк» («Сары буре»)	Татарская	Игра с развернутым диалогом перед перебежками. Дети идут к лесу, а спрятавшийся волк выскакивает после слов «не видать».	Развитие навыков коллективного ответа, терпения (у волка), быстроты реакции. Формирует чувство принадлежности к группе.
Подготовительная к школе группа (6–8 лет)	«Краски»	Русская	Диалог «монаха» и «продавца». Угадывание цвета и перебежки с осаливанием.	Учит вербальной коммуникации, настойчивости, умению быстро принимать решения. Развивает память (цвета остаются в уме).

Возрастная группа	Название игры	Народ	Краткое описание	Ключевые навыки и эмоции
Подготовительная к школе группа (6–8 лет)	«Хищник в море»	Чувашская	Прыжки через вращающуюся веревку («хищника»), привязанную к столбу.	Координация, умение оценивать траекторию, управление эмоциями страха и азарта. Опыт принятия роли активного «хищника».
Подготовительная к школе группа (6–8 лет)	«Продаём горшки»	Татарская	Бег по кругу на скорость после короткого диалога-торга с водящим.	Развитие диалоговой речи, умение быстро переключаться от переговоров к активному действию и справляться с соревновательным азартом.
Подготовительная к школе группа (6–8 лет)	«Надень папаху»	Дагестанская	Игрок с завязанными глазами должен надеть шапку на сидящего «джигита».	Развитие пространственной ориентации, умение действовать в паре (слушать тишину, чтобы понять направление). Учит достойно переживать неудачу.
Подготовительная к школе группа (6–8 лет)	«Лисички и курочки»	Осетинская	«Лиса» пытается поймать последнюю «курочку» в цепочке, которую защищает «наседка».	Опыт взаимопомощи и защиты слабого. Роль «наседки» учит лидерству и заботе, «лисы» — настойчивости и стратегии.

Возрастная группа	Название игры	Народ	Краткое описание	Ключевые навыки и эмоции
Подготовительная к школе группа (6–8 лет)	«Курья» (Жмурки)	Сибири	Водящий с завязанными глазами ловит игроков и угадывает имя пойманного.	Тренировка слухового восприятия, интуиции. Создает ситуацию равенства (сильные игроки тоже могут быть пойманы).
Подготовительная к школе группа (6–8 лет)	«Выбей из круга» («Шляпа»)	Дагестанская	Водящий охраняет предметы в круге, игроки пытаются их выбить.	Тактическое мышление, умение «договариваться» взглядами и жестами, брать на себя ответственность в роли «стража».

Краткие рекомендации по организации:

1. **Динамика:** В младших группах игры должны быть простыми и заканчиваться до того, как дети устанут. «Наилучшее» время игры — когда всем весело, и никто не перевозбудился.
2. **Роль взрослого:**
 - В 3–4 года: ведущий — главное действующее лицо, эмоциональный образец.
 - В 4–5 лет: ведущий — носитель правил, судья.
 - В 6–8 лет: ведущий — наблюдатель и организатор, передающий роль «водящего» детям.
3. **Безопасность:** В играх кавказских и сибирских народов много бега и резких движений. Важно заранее оговорить границы площадки и следить, чтобы «ловящие» не толкались.

Шаблон социальной истории для игры

Структура:

1. **Заголовок:** Социальная история: Игра ...
2. **Введение:** что такое игра, где и когда играем.
3. **Описание ролей:** кто такой, кто игроки.
4. **Правила:** что нужно делать (повторять движения, не повторять).
5. **Чувства и мысли:** почему важно следить, что чувствуют другие, если кто-то ошибается.
6. **Что делать, если ошибся:** не расстраиваться, это весело.
7. **Что делать, если кто-то ошибся:** поддержать, посмеяться вместе.
8. **Заключение:** игра помогает учиться контролировать себя и веселиться.

Также можно добавить раздел для визуальной поддержки (например, картинки эмоций). Но шаблон текстовый.

Важно, чтобы язык был простым, конкретным, без двусмысленностей. Использовать позитивные формулировки. Можно добавить примеры движений.

Шаблон социальной истории для игры «Тимербай»

Социальные истории помогают детям лучше понять правила игры, свои чувства и чувства других.

Этот шаблон можно адаптировать под конкретного ребёнка: вставьте его имя, при необходимости добавьте фотографии или рисунки.

1. Что такое игра «Тимербай»?

Игра «Тимербай» — это весёлая татарская игра. Мы играем в неё в детском саду (в школе, дома) с друзьями и взрослыми. В центре круга стоит водящий, которого называют **Тимербай**. Остальные дети стоят вокруг него и внимательно смотрят.

2. Что делает Тимербай?

Тимербай показывает разные движения. Он говорит:

- «*Мои дети трудолюбивы, делают вот так!*» — и показывает какое-нибудь движение (например, хлопает в ладоши, топает ногами, кружится).
- Потом он говорит: «*А мои дети ленивы, делают вот так!*» — и показывает смешное или простое движение (например, чешет за ухом, зевает, трогает нос).

3. Что делают игроки?

Все игроки должны **повторять за Тимербаем только те движения, которые он назвал «трудолюбивыми»**. Когда Тимербай показывает «ленивое» движение, повторять его **нельзя** — нужно стоять спокойно и не двигаться.

Если кто-то по ошибке повторит «ленивое» движение, он делает шаг вперёд или выполняет смешное задание (например, говорит «ку-ка-ре-ку»). Это не страшно — это часть игры!

4. Зачем нужно внимательно слушать?

В игре важно слушать слова Тимербая и смотреть на его движения. Иногда Тимербай может говорить одно, а показывать другое, чтобы запутать игроков. Это весело, но нужно быть внимательным, чтобы не ошибиться.

5. Что я чувствую во время игры?

- **Радость**, когда у меня получается правильно повторить.
- **Азарт**, когда Тимербай пытается меня запутать.
- Если я ошибся, я могу почувствовать **смущение** или **огорчение**. Это нормально!

Все иногда ошибаются. Главное — не расстраиваться, а посмеяться вместе с друзьями.

6. Что делать, если я ошибся?

Если я повторил «ленивое» движение:

- Я улыбаюсь и делаю шаг вперёд (как сказано в правилах).
- Я не злюсь на себя, ведь игра продолжается.
- Я могу пошутить или выполнить смешное задание, если так договорились.

7. Что делать, если ошибся другой игрок?

Если кто-то из друзей ошибся, я не смеюсь над ним обидно. Можно улыбнуться и сказать: «Ничего, в следующий раз получится!» Ведь мы все учимся.

8. Кто может быть Тимербаем?

«Тимербаем» может быть взрослый или ребёнок. Это почётная роль. Тимербай должен показывать движения чётко и говорить слова громко, чтобы всем было слышно.

9. Чему учит игра «Тимербай»?

Эта игра учит нас **вниманию и самоконтролю**. Мы учимся не поддаваться на хитрости и делать только то, что нужно. А ещё мы много смеёмся и радуемся вместе!

10. Когда игра заканчивается?

Игра заканчивается, когда все наиграются и захотят отдохнуть. Можно выбрать нового Тимербая и начать снова.

Визуальная поддержка (примеры картинок, которые можно добавить)

- **Схема круга** с детьми и Тимербаем в центре.
- **Пиктограммы эмоций**: радость, удивление, лёгкое огорчение.
- **Изображения движений**: хлопок, топот, почёсывание за ухом.

Этот шаблон можно распечатать и прочитать вместе с ребёнком перед игрой, обсудить непонятные моменты. Если ребёнок использует визуальное расписание, карточки с этапами игры помогут ему лучше ориентироваться.

Примечание: для детей с РАС или высокой тревожностью важно предварительно проиграть ситуацию «ошибки» в спокойной обстановке, чтобы показать, что это безопасно и весело.

Например: «Мы будем играть в игру «Тимербай». Сначала мы встанем в круг. Потом ведущий будет показывать движения. Мы будем повторять. Когда ведущий скажет «Стоп», мы замрем. Это весело и безопасно».

Список литературы

- Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР».
- Литвинова М.Ф. «Русские народные подвижные игры».
- Материалы сайта «Игры народов России» и др.