**Практичне заняття № 12. Проведення українських народних ігор на святах за народним календарем**

План:

1. Українські народні ігри на святах
2. Українські народні ігри: «Залізний ключ», «Віночок», «Шум», хоровод «А ми рутоньку посієм...», хоровод «Коло Мариноньки ходили дівоньки», «Квочка», «Сірий вовк», «Гречка», «Штандер», «Гопак», «Білки, жолуді, горіхи», «Запорожець на Січі»

Протягом багатьох століть український народ безупинно творив самобутнє, тільки йому притаманне духовне середовище, наповнюючи його своєрідними обрядами, ритуалами, іграми. Фактично формувався внутрішній світ українців, осягався весь навколишній простір, закладалися освітні засади.

Сучасна наука досить переконливо доводить первородство гри майже у всіх сферах діяльності людини. Так, колективна праця людей підтримувалася ігровим зачином, трудовими піснями, хороводами. Полювання й рибальство супроводжувалися ігровими драматичними діями. Різноманітні атрибути ігор проникали у військове середовище: татуювання, страхітливі амулети, барабанний бій. Ігровою драматургія стала складовою частиною весільного обряду.

Без ігор і забав не обходилося жодне свято. Так, на Новий рік проводиться розігрування подарунків з-під ялинки; на Івана Купала – пошук квітучої папороті, хороводи біля багаття, купання й обливання водою; на Різдво Христове – ворожіння, вуличні ігри та забави. Зберігаючи у своїй пам’яті народні свята та ігри ми тим самим зберігаємо культурні надбання наших предків, збагачуємося духовно, скорочуємо емоційну дистанцію між минулим і сучасним.

Народні ігри мають багатовікову історію, вони передавалися з покоління в покоління, вбираючи в себе кращі національні традицій. Збиралися хлопчики й дівчатка ввечері на сільській вулиці або за околицею, водили хороводи, співали пісень, без утоми бігали, грали в різноманітні ігри, змагалися у спритності.

 Взимку розваги набували дещо іншого характеру: влаштовувалися ігри в сніжки, катання з гopи, катання на конях вулицями села з піснями й танцями. У кожній народній грі відчувається любов людини до веселощів, молодецтва.

 Особливо популярними й найбільш улюбленими були такі ігри, як пальники, гилка, піжмурки, городки, ігри з м'ячем.

Староукраїнські традиції міцно ввійшли в наше життя, і тепер ми не уявляємо Великодня – без писанки, свята Івана Купала – без стрибків через багаття, Різдва – без куті, без колядок. А знамениті вечорниці, завдяки яким з'явився особливий тип смішних народних розповідей, байок, небилиць.

Народні ігри тісно пов’язані зі стародавніми обрядами й календарними святами. В основі диференціації ігор лежить річний землеробський цикл, який у дохристиянський період ґрунтувався на астральному культі, подібному до культів прадавніх цивілізацій. Згодом християнство частково асимілювало язичницькі сезонні культи й обряди, вбираючи в себе їх елементи. Цей процес відбувався у чотири етапи:

* перший етап – примітивні ігрові дії, що виражалися у пристосуванні
цих дій до біологічних потреб;
* другий етап – з винайденням знарядь праці та їх удосконаленням ігри стають більш змістовними. Язичницькі святилища, ідольські храми та капища відігравали важливу роль у формуванні світогляду людей. Тут діти разом з дорослими брали участь у ритуальних та обрядових дійствах, які певним чином формували їхню свідомість. За допомогою відтворення у рухових діях землеробства, полювання, рибальства ігри були спрямовані на пізнання та освоєння дійсності і на те, щоб впливати на природу;
* третій етап – поява класового суспільства зумовила виникнення рухливих ігор із суперництвом (боротьба, кулачні та паличні бої, кінські перегони, ігри з елементами володіння холодною зброєю (спис, меч, лук тощо). Такі ігри були спрямовані на фізичне вдосконалення людини;
* четвертий етап – це розмежування рухливих ігор за змістом і характером на:

а) звичаєві, обрядові та святкові ігри;

б) ігри для підлітків;

в) спортивні ігри.

Ігри за народним календарем

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Назва свята** | **Дата** | **Народні ігри та фізичні вправи** |
| **Ігри весняного циклу**Ой, весно, весно, днем красна |
| День Явдохи,День Сорока святих, День Олексія (або «теплого Олекси») | 14 березня30 березня | «Гляньте діточки», «Хрещик», «Журавель», «Віночок», «Іде, іде дід», «Плетений шум», «Мара», «Кривий танець», «Та це ж весна», «Унадився журавель», «Довга лоза»; закликання весни.  |
|  Благовіщення  | 07 квітня  | “А ми просо сіяли”, “Білозорчик-Білоданчик”, “Воробчик”, “Воротар”, “Жук-жучок”, “Зельман”, “Коструб”, “Кривий танець”, “Мак”, “Мости”, “Навчу я, навчу”, “Подоляночка”, “Перепілонька”, “Царенко”, “Щітка”.  |
| Великдень  |   | “Великодній дзвін”, “Довга лоза”, “Наввипередки-навперегони”, “Просо”, “Стовп”, “Війна”, “Коструб”, “Король”, “Цурка”, “Чаклун”; різні види боротьби: боротьба на лопатки, боротьба без рук–грудьми, боротьба “навколішки”, боротьба лежачи. |
| Проводи |  | “Білиця”, “Бирка”, “Бука тягнуть”, “Двірник і джура”, “Піжмурки”, “Заєць”, “Зв’язаний встане”, “Король і війт”, “Кота тягнуть”, “Кучі”, “Лопатки”, “Мила”, “Ніс”, “Позич мені стільчик”, “Сорока”, “Сало тягнути”, “Стільчик”.  |
| День Луки | 05 травня | “Віночок”, “Горюдуб”, “Міст”, “Петрушка”, “Ріпка”, “Вовк”, “Залізний ключ”.  |
| Вулиця |  | “Вінок”, “Вербова дощечка”, “Горошок”, “Зайчик”, “Огірочок”.  |
| ПередденьЮрієвого дня (свято Красної Гірки)  | 05 травня  | “ Горюдуб ”, “ Мости ”, “Леля”.  |
| День Юрія (Георгія)  | 06 травня | Веснянки та гаївки, хороводи; загартування росою, верхова їзда, кидання грудок землі, метання.  |
| На весняні свята грали в ігри, які були пов'язані з хліборобською працею та імітували оранку, сівбу, збирання врожаю (“Горошок”, “Огірочки”, “Гарбуз”, “Жнива”); з весільними обрядами (“Чорнушко-душко”, “Щітка”); з відновленням військової активності (“Зельман”, “Воротар”, “Мак”, “Просо”, “Горобець”). |
| **Ігри літнього циклу**Прилетіло літечко на рожевих крилечках |
| Свято Шума | 1 червня | «Віночок». |
| Трійця |  | “Куща водити”, “Горюдуб”, “Дуб”, “Похорон”, “Ярило”, “Проводи русалок”, “Тополя”.  |
| Свято Івана Купала | 07 липня | “ Відьму водити ”, “Відьма”, “Панас”; купання, стрибки через вогонь, біг, очищення.  |
| День Петра і Павла | 12 липня | “Бабак”, “Ворона”, “Дзвіночок”, “До цілі”, “Коромисло”, “Латка”, “Перепелиця”, “Смик”, “Трампижа”, “Цурка-палка”, “Чаклун”, “Кінь”, “Скраклі”, “Шуляк”, “Циганка”, “Щенята”, “Яструб”.  |
| День Іллі | 02 серпня | “Веребей”, “В’язання бороди”, “Гречка”, “Жнива”, “Ой у полі жито”, “Передай іншому”.  |
| Перший Спас (або Маковія) | 14 серпня | “Барвінок”, “Гуси”, “Король”, “Квач”, “Оса”, “Просо”, “Птахи”, “Сірий вовк”, “Грушка”, “Гуси”.  |
| **Ігри осіннього циклу**Осінній час сім погод придбав для нас |
| Успіння (Перша Пречиста) | 28 серпня | “Вуж”, “Гарбуз”, “Грибок”, “Дуб”, “Зайчик”, “Кози”, “Мисливці та зайці”, “Бобер”, “Яструб”.  |
| Парубочі громади |  | “Верниголова”, “Вкрасти сало”, “Долоні”, “Піжмурки”, “Загинати сухого вовка”; боротьба без рук–грудьми, боротьба “навколішки”, боротьба лежачи.  |
| Дівочі громади |  | “Любко”, “Поїхав Іван за Дунай по дівку”, “Чадо”, “Чернушко-душко”.  |
| Покрова  | 14 жовтня  | “Буряк”, “Горошок”, “Запоріжець на Січі”, “Козак”, “Мак”, “Мур”, “Чорний лицар”, “Щітка”, “Гусари на коні”; кулачні бої; замовляння долі. |
| Вечорниці | з 14.10. до Великодня | “Долоні”, “Нічка”, “Панас”, “Сусідка”, “Хустина”.  |
| **Ігри зимового циклу**Зима прийшла – свята з собою привела |
| Переддень Святої ВеликомучениціКатерини | 06 грудня | “Балабушки”, “Піжмурки”; ігри-гадання, ворожіння на чоботях, заклинання долі, молодіжні розваги.  |
| День Святої ВеликомучениціКатерини | 07 грудня | “Піжмурки”, “Чарочка”, “Чіт чи лишка”; ігри-гадання, заклинання долі. |
| День Андрія Первозванного | 13 грудня | Калита, метання, парубочі пустощі.  |
| День Варвари,День Сави,День Миколи | 17 грудня18 грудня19 грудня | “Громак”, “Узяття фортеці”, “Піжмурки”, “Колесо”; ігри-гадання, заклинання долі, парубочі пустощі.  |
| Вечір напередодні Різдва | 06 січня | Калита, ворожіння на чоботях.  |
| Різдво | 07 січня | Гойдання на гойдалках, ковзання по льоду, катання на санчатах, крижинах і ковзанах; танці.  |
| Вечір напередодні Нового року (старий стиль) | 13 січня | «Квочка»; очищення.  |
| Новий рік (старийстиль), День Василя | 14 січня | “Булка”, “Громак-свиня”, “Коза”, “Меланка”, “Морозенко”; гра у сніжки боротьба на снігу, скачування великих снігових куль і пускання їх з гори.  |
| Водохреща | 19 січня | Змагання вершників, катання на конях, кулачні бої. |
| Стрітення | 15 січня | «Буряк», «Перетяжка», «Тягти бука», «Чий батько дужчий».  |
| Масляна |  | “Колодка”; катання з гори; ніжкові заговини.  |
| На всі зимові свята проводили такі ігри-розваги: “Колесо”, “Громак”, “Узяття фортеці”, “Льодинки”, “Літає - не літає”. |

*Зимово-весняні ігри.*

Навесні за старих часів проходили найцікавіші свята, після довгої осінньо-зимової сплячки усе неначе прокидалося, наповнювалося життєвою енергією. Образ весни символізував Місяць. Вибирали струнку, високу, веселу дівчину, яка була одягнена в різнокольоровий одяг з вінком на голові.

Прихід весни зустрічали веснянками – хоровими піснями, іграми й танцями. Веснянки були дівочими забавами, тому хлопці рідко брали в них участь. З часом магічні обряди втратили своє первісне значення, залишивши по собі самобутні дівочі (Подоляночка», «Ластівка», «Мак», «Перепілочка») та дитячі ігри («Довга лоза», «Дзвін», «Свинка», «Чародії»). Багато ігор носили колективний характер, об'єднуючи всіх («Горюдуб», «Кіт і мишка», «Вишня», «Журавель», «Піжмурки» та ін.).

На свято Миколи Чудотворця всі люди прагнули зробити добру справу, відвідати хворого, допомогти бідним. Це свято відзначалося двічі на рік: 19 грудня – «зимовий» та 22 травня – «весняний». Ставилися люди до нього з особливою пошаною, називаючи це свято «днями добродіяння». «Святий Микола не любить, коли на його свята байдикуєш», – так говорили в народі. Тож люди вдень радо допомагали самотнім і немічним.

Увечері всі збиралися вдома, і найстарший у сім'ї одягав білу сорочку, нібито перевтілюючись у Миколу. Він бавився з дітьми, розповідав казки, загадував загадки. Діти неодмінно одержували від «Миколи» подарунки. На весняного Миколу всі виходили на вулицю, влаштовували ігри та забави, водили хороводи, співали. Наприклад, у грі «Шукаю Миколу» дівчині зав'язували очі, а всі хлопці ставали в коло. Вважалося, що тому, кого вона вибере, Микола Чудотворець завжди прийде на допомогу.

Серед дитячих різдвяних обрядових дійств найбільш популярною була гра «Коза». На роль «кози» діти з-поміж себе вибирали найспритнішого хлопчика, який вміє розвеселити глядачів. Його одягали у довгий кожух, вивернутий вовною назовні, на голову накладали маску кози, чіпляли із вовни хвіст. «Козу» за ремінець водив «дід». Окрім вищеназваних, у цій виставі були ще такі персонажі, як «жид», «жидівка», «лікар», «циган» і «міхоноша». Колядники з «козою» підходили до кожної оселі, і один з них запитував господарів: «Чи пускаєте «козу» до хати?» Якщо господар запрошував ряджених, то вони показували виставу, якщо ні, то йшли до іншої господи.

Спів обрядової колядки супроводжувався відповідними сценічними діями. Так колядники обходили майже все село, піднімаючи односельцям настрій та звеселяючи їх.

Навесні пробуджується земля, оживає природа, а з нею приходять радісні надії та хліборобські клопоти. Тому в березні, першому весняному місяці, діти виходили на проталі горбки або вилазили на паркани чи дерева й закликали весну.

Свято зустрічі весни приурочувалося в українській традиції до початку льодоходу («коли щука хвостом розіб'є лід» або «коли пташка вівсянка заспіває пісню «Покинь сани, бери віз»»).

Це свято, як правило, супроводжувалося обрядовими піснями-закличками, хороводними співами з пантомімою, а також іграми, в яких звучали мотиви турботи про майбутній добробут, побажання, замовляння сприятливих природних умов і доброго врожаю.

У весняних іграх та хороводах неодмінно імітувалися рухи, характерні для трудової діяльності: засівання поля, збирання врожаю, обмолот тощо. Складовою частиною дитячого репертуару були веснянки, гаївки.

Гра **«Залізний ключ»**

Діти стають у коло, міцно взявшись за руки. Вибраний за допомогою лічилки «вовк» стає в центрі кола і намагається з розгону прорвати його. Доки «вовк» у колі, його запитують:

– Який ключ?

Він відповідає:

– Залізний!

Гра продовжується поти, поки «вовк» не розірве коло. Якщо ж розірве - виривається з нього і втікає. Усі гравці його наздоганяють. Хто спіймає «вовка», той стає на його місце, і гра продовжується.

*Літньо-осінні ігри*

Свято Шума відкриває початок літа. У гетитів літнє свято називалося Ата-Шум. Це, напевно, Старий Шум, який у річному коловороті протиставляється Новому Шуму (Наум), свято якого відзначають 1 грудня. Свято Наума пов’язане з мудрістю і початком навчального періоду в давнину. За численними легендами різних народів символом мудрості є Змій. Напередодні цього свята, 30 листопада, вшановують змієборця Андру (Індру). За легендою він своєю палицею мусив вбити Змія, який оновлюється (воскресає) 1 грудня. А вже 1 червня він стає зрілим або старим. Підтвердженням причетності Змія до свята Шума є своєрідний звук, який видає плазун у вигляді шипіння.

Також своїм листям шумить ліс, тому Шум був уособленням духа лісу. В давнину ліс називали Шумом, ще раніше – Шумлячим. Шум (Шумлячий) вважався богом лісу та лісового шуму. Шум – ліс зі своїми таємницями та принадами – іноді здавався людям страшним і небезпечним. Вони вірили, що особливо сердитий Шумлячий тоді, коли б’ються лісовики між собою. Через це він здіймає бурю і ламає віковічні дерева.

В українській гаївці співається: «А в нашого Шума зеленая шуба». Звичайно, що мова йде про зелений ліс, пишно вбраний в літню пору. Могутнє божество дівчата викликали веснянками-гаївками, що мають назву «Шум». Цими й іншими магічними піснями юнки пробуджували Шумлячого, аби він буйно розвивався в зелені, набирався весняно-літньої сили, приносив радість і відганяв усяке лихо. Ставши в коло, бралися дівчата за руки, поперемінно то опускали їх, то піднімали вгору – творячи щось подібне до колихання дерев. Коли опускали руки вниз, починали надзвичайно жваво танцювати. В цей час «налітали» парубки, кожен хапав свою юнку і пускався разом з нею у веселий танець.

☝ Дослідник А.В. Цьось наводить зміст гри **«Віночок»,** яка пов’язана зі вшануванням Шума:

Всі учасники гри стають в шеренгу і беруться за руки. Два крайні гравці з одного кінця підіймають угору руки, а два крайні із другого кінця проходять між ними, ведучи за собою всіх інших. Потім вони так само проходять під руками другої, третьої і всіх наступних пар. Таким чином пари начебто переплітаються у вінок. Кожен гравець кладе ліву руку на плече лівого, праву – на руку правого сусіда, крайні учасники також переплітаються руками, і починається хоровод. Усі співають:

Ой нумо-нумо

В плетеного Шума!

Як наша мати

Буде розплітати?

Розплетися (заплетися), Шуме,

Розплетися (заплетися)!

Хрещатий барвінку,

Розстелися!

Коли приспів закінчиться, ведучий (крайній гравець, який проходив під руками всіх пар) починає з протилежного кінця відривати від ряду гравців одного за одним. Останнього підкидають угору, вигукуючи: «Горю, горю!» Так гра закінчується.

На Чорноморщині поширеною була гра **«Шум»** (аналогічна до «Віночка»). Дівчата завертали у коло і пробігали під «аркою» рук останніх двох учасниць, а ті, пропустивши всіх, самі під своїми ж руками поверталися так, що їхні руки складалися навхрест. Так само останні пари дівчат пробігали попід руками наступних пар і ставали одна навпроти одної у два ряди, утворюючи при цьому зі своїх рук щось на зразок плота. «Заплітаючи» такий пліт, дівчата співали:

 Ой, нумо, нумо,

 В зеленого Шума.

 Огірки-жовтяки,

 Женітеся, парубки,

 Ой вам трясця – не дівка.

 Трясця вам, а не нам,

 Трясця нашим ворогам.

 Ой, у того Шума зеленая шуба...

На сплетені руки ставили босоногу дитину років п’яти або шести, хлопця або дівчину – «аби шустре було, щоб шкереберть не полетіло». Дитя ходило по живому «плоту чи містку», а хор співав:

 Шум ходить по діброві,

 А Шумиха рибу ловить;

 Що вловила, те й пропила,

 Сукні дочці не купила.

 Пожди, доню, до суботи,

 Куплю сукню і чоботи.

 Пожди, доню, понеділка,

 Зів’ю вінок із барвінку.

 Або ж мені сукню крайте,

 Або ж мене заміж дайте.

У міру того як «шум» рухався вперед по руках учасниць хороводу, залишені позаду пари дівчат перебігали наперед і знову сплітали зі своїх рук «місток». Так він звичайно ступав доти, доки дівчата обходили церкву навколо.

Купальські пісні та ігри. Звичай проведення свята Івана Купала сягає корінням у доісторичну добу. Наші пращури в час літнього сонцестояння славили богиню води і вогню – Дану та бога земних плодів Купала. З прийняттям християнства ці звичаї та обряди злилися зі святкуванням 7 липня Різдва Іоанна Хрестителя.

На честь Іоанна Хрестителя в церквах співали величальних пісень, а в українських селах проводилися веселі забави, приурочені Купалу.

Напередодні свята на широкій галявині хлопці ставили дерево («гільце», Купалу – вербову гілку). Навколо нього дівчата водили хороводи, співали пісень, організовували ігри. Цього вечора вони пускали на воду вінки і дивилися, куди вони попливуть. Де вінок пристане, там живе суджений. Хлопці розкладали вогнище і стрибали через нього, щоб вогонь очистив їх від усякого зла. Вогонь не гасили, він сам мав дотліти.

Хоровод **«А ми рутоньку посієм...»**

А ми рутоньку посієм, посієм,

Зеленую руту, жовтий цвіт

Посієм!

А ми рутоньку пополем, пополем!

Пополем!

А ми рутоньку нарвемо, нарвемо!

Зеленую руту, жовтий цвіт

Нарвемо!

А ми рутоньку сплетемо, сплетемо!

Зеленую руту, жовтий цвіт

Сплетемо!

А ми дівочок вберемо, вберемо!

Зеленую руту, жовтий цвіт.

Вберемо.

Під час співу виконуються відповідні рухи.

Хоровод **«Коло Мариноньки ходили дівоньки»**

Коло Мариноньки ходили дівоньки,

Стороною дощик іде, стороною.

Що на морі хвиля, а в долині роса,

Стороною дощик іде, стороною.

Над нашою рожею червоною.

Ой на горі жито, а в долині просо,

Стороною дощик іде, ще й дрібнесенький.

Дуже популярними серед дітей є пісеньки-ігри про тваринний світ. Тематика цих пісень і коло персонажів дуже широкі й різноманітні. Це кізонька і цапок, горобчик з дружиною, півник, лелека, жабка, котик і багато інших створінь. Здебільшого вони живуть, діють і мислять, як люди.

Так, тварини косять, згрібають сіно, складають його в копиці, миють, прядуть, підмітають, носять воду тощо. Часто ці дії носять гумористичне забарвлення. Мотив працелюбства – це те, що надає найвищої морально-етичної цінності дитячому фольклору.

☝ Гра **«Квочка»**

У цю народну гру діти завжди любили гратися напровесні, щойно квочку з курчатами випускають на двір. У землю забивають кілочок, прив'язують до нього мотузку. Обирають «квочку», яка, взявшись за кінець мотузки, рухається по колу під приспів:

Ходить квочка коло кілочка,

Водить діток, дрібних квіток,

Діти-квіти «Квок!».

Після цих слів усі учасники гри розбігаються хто куди, а «квочка», квокчучи, ловить їх і збирає докупи.

Гра **«Сірий вовк»**.

За допомогою лічилки обирають «вовка»:

На камені,

На ломені

Вирвав травку,

Положив на лавку,

Хто видіон,

Той пішов вон.

Решта гравців – «вівці». Вони розбігаються, рвуть травичку, примовляючи: «Щиплю, щиплю травку сірому вовку на лопатку!». Кидають пучечки трави на «вовка» і втікають. А він їх наздоганяє. Кого спіймає, той стає «вовком».

Життєдіяльність українських хлопців і дівчат була тісно пов’язана з веденням господарства. Хлопці влітку виконували польові роботи, а взимку опановували різні ремесла. Дівчата ж найчастіше господарювали, хоча влітку вони також час від часу працювали в полі, а взимку – прали, ткали, вишивали.

Незважаючи на велику зайнятість і напружений трудовий ритм життя, молодь щовечора знаходила час і на відпочинок, влаштовуючи так звані вулиці та вечорниці та використовуючи різноманітні засоби української народної фізичної культури.

Разом збиралися хлопці й дівчата окремих вулиці чи куточків села, які входили в парубочі та дівочі громади – своєрідні об’єднання неодружених хлопців і дівчат.

Вулиця в українському селі була дуже своєрідною формою традиційного дозвілля молоді. Починалася вона від Великодніх свят і тривала ціле літо – аж до дня Семена Стовпника (14 вересня за новим стилем). До початку польових робіт молодь збиралася щовечора, а коли починалася робота в полі – тільки в неділю і святкові дні. Зібрання проходило в заздалегідь призначеному місці з музикою та танцями, а найбільше було пісень: співали по черзі то дівчата, то хлопці. Особливо поширеними на селі були народні танці – «Шумка», «Метелиця», «Козачок» та ін.

Окрім танців, водили хороводи, проводили ігри. Хороводи супроводжувалися піснею. Співаючи, дівчата бралися за руки, утворюючи коло або ключ, і так рухалися під ритм пісні. Тому хороводи поділяли на кругові та ключові.

До кругових належали такі хороводи, під час яких одна із дівчат усередині утвореного кола зображувала у формі рухів все те, про що співали її подруги. Після закінчення пісні дівчина ставала в коло, а на її місце виходила інша. До цього типу належать такі хороводи: «Перепілочка», «Подоляночка», «Король», «Нелюб», «Мак», «Зайчик» та ін.

Ключові хороводи водили дівчата довгою лінією – ключем. Прикладами таких хороводів є: «Кривий танець», «Плетениця», «Зелений шум», «Роман-зілля». А такий усім відомий хоровод, як «А ми просо сіяли», виконувався двома ключами. Темп руху залежав від темпу пісні, також він міг бути швидким або повільним. Коли хороводи водили ключем, то рухалися швидко – бігали з підскоком, а коли ставали в коло, то рухалися повільніше. Хлопці участі в хороводах не брали. Вони зазвичай тільки споглядали, слухали спів і час від часу, спровоковані насмішками та дотепами дівчат, кидалися до них і на мить переривали хоровод.

У той час як дівчата хороводили, серед хлопців проводилися такі ігри та забави, як «Король», «Дзвін», «Чехарда», «Тісна баба», «Піп», «Чорт», «Харлай», «Шило бити», «Кашу варити», «Стовп», «Гилка», «Панас» та багато інших, а також змагання з традиційно існуючими неписаними правилами: «Хто далі кине», «Хто швидше пробіжить або пропливе», «Перетягування линви» тощо.

Крім пісень, танців, хороводів, рухливих ігор, забав і змагальних вправ, влаштовувалися різні види народної боротьби: поясна, навхрест, «навколішки», лежачи, грудьми, на палицях.

Отже, вулиця була дуже популярною і активною формою дозвілля. Хлопці та дівчата багато часу відводили на проведення різних фізичних вправ. Спільно вони виконували танці, а рухливі ігри та забави, зважаючи на їх різну спрямованість, – окремо.

Якщо дівчата, виводячи хороводи, випробували свої артистичні здібності – вміння танцювати, співати, перевтілюватися в певні образи, то парубки віддавали перевагу рухливим іграм, забавам, боротьбі та іншим змагальним вправам, у яких вони могли виявити швидкість, спритність і силу.

Після 14 вересня вулицю змінювали вечорниці. Вони були своєрідним клубом української молоді. Вечорниці, досвітки та сходини відбувалися в хаті, яку молодь винаймала у вдови на цілу зиму. Під вечір сюди сходилися дівчата. Вони ткали, вишивали, готували вечерю. Згодом до хати по двоє-троє прибували хлопці.

Якщо громада вже була в зборі, дівчата припиняли роботу, подавали вечерю, а після неї влаштовувалися ігри, забави, танці. Якщо після забав дівчата залишалися в хаті, аби закінчити роботу і переночувати, то такі вечорниці називалися досвітками.

На сходинах дівчата не працювали, а протягом усього вечора розважалися, грали в різні ігри, танцювали: «… танцювали так, що губили каблуки, а дівчата від знемоги падали».

Взимку, зрозуміло, у молоді було значно більше часу для проведення рухливих ігор і забав. Як випаде сніг, то «воювали» сніжками. Коли мороз стягував кригою ставок, особливо популярною була зимова забава «Жорно» («Крутилка», «Фуркало») – своєрідна карусель.

Отже, у давні часи традиційними формами відпочинку та гуртування сільської молоді були вулиця, вечорниці, досвітки, сходини. Найкращі зразки музики, танців, пісень, які становлять все багатство народних засобів духовного і фізичного виховання молоді, створювалися саме завдяки цим дозвільним формам.

Проведення свят та уроків фізичної культури за народним календарем із використанням народних українських рухливих ігор сприяє не лише розвитку й удосконаленню рухових якостей, а й вихованню позитивних рис особистості, вивченню звичаїв і традицій свого народу, прищеплює любов і повагу до рідного краю, до праці. Такі ігри являють собою потужну рушійну силу естетичного, морально-етичного, культурного виховання дітей. Їх педагогічне значення полягає в тому, що в них протягом багатьох століть закріплювався і передавався із покоління в покоління виховний досвід народу.

Гра **«Гречка»**

Дві команди шикуються в колони. Кожен учасник гри згинає лі­ву ногу в коліні і підтримує її лівою рукою. Праву руку кладе на плече гравцеві, що стоїть попереду. Всі учасники починають одночасно стрибати на одній нозі у заданому напрямку, приспівуючи:

Ой чук, гречки,

Чорні овечки.

А я гречки намелю,

Гречаників напечу.

Виграє команда, яка довше стрибатиме на одній нозі та не роз'єднається.

Гра **«Штандер»**

Гра ця дуже давня, в неї грали ще два століття тому. Кількість гравців – не менше шести, але й не більше двадцяти.

*Інвентар*: невеликий гумовий м'яч або тенісний.

*Хід гри*: гравці стають в коло на відстані кроку один від одного, в центрі якого – ведучий із м'ячем у руках. Він підкидає вгору м'яч і називає ім'я будь-якого гравця. Той ловить м'яч на льоту або піднімає його із землі і прагне влучити ним у когось із утікачів.

Упіймавши м'яч на льоту, гравець має право крикнути: «Штандер!». Усі завмирають і можна спокійно прицілитися та влучити у ближнього гравця. Вибитому нараховують штрафні очки, або ж він вибуває із гри. Спійманий на льоту м'яч дає й інше право: той, що зловив, може не випробовувати долю (за промах йому теж нарахують штрафі очки), а відразу ж підкинути м'яч вгору і викрикнути ім'я гравця.

Вся принада цієї гри полягає в тому, що потрібно і м'яча стерегтися, тобто втекти якнайдалі, і водночас бути готовим швидко повернутися до м'яча, якщо раптом викрикнуть твоє ім'я. Той гравець, у кого намагалися влучити, може зловити м'яч, що летить в нього, – так він здобуде собі виграшне очко і право вибивати іншого гравця.

*Правила гри*: якщо гравець з м'ячем кричить: «Штандар!», – всі завмирають на своїх місцях. Гравцеві, в якого ціляться м'ячем, дозволяється ухилятися, присідати, підстрибувати вгору, але сходити з місця він не має права.

Гра **«Гопак»**

Учнів розділяють на дві команди, кожна з яких утворює коло. Гравці кладуть руки на плечі своїх товаришів по команді. За сигналом вчителя команди присідають і голосно рахують до десяти.

Команда, яка швидше присяде 10 разів, перемагає. Гру повторюють кілька разів.

Гра **«Білки, жолуді, горіхи»**

*Мета*: розвивати кмітливість, здатність швидко мислити.

*Хід гри*: Дітей розподіляють на трійки. Вони беруться за руки і утворюють кола на всій площі майданчика. Кожний гравець у колі отримує одну з назв - «білка», «жолудь», «горіх». Обирають ведучого. На виклик вчителя «Горіхи!», «Білки!» або «Жолуді!» діти швидко міняються місцями в різних колах, а ведучий намагається зайняти місце в одній із трійок, дістаючи назву гравця, який вибув. Учасник, який залишився без місця, стає ведучим. Перемагають гравці, які жодного разу не були у ролі ведучого. Мінятися місцями в трійках можуть тільки ті гравці, яких назве вчитель.

Гра **«Запорожець на Січі»**

На майданчику позначають «Січ» (прямокутник 9х6м). Посередині пересувається «запорожець», який намагається спіймати когось із «куренів» (тих, хто перебігає з одного табору в інший). Спіймані стають «запорожцями» і допомагають у ловах або виходять із гри.

Аби вирізнити запорожця з-поміж інших гравців, йому одягають шапку та шаровари.

**Література**

1. Гальченко Л.В. Рухливі та національні ігри з методикою викладання : навч.-метод. посібник для студнтів освітньо-кваліф. рівня "бакалавр" напряму підготовки "Фізичне виховання", "Здоров'я людини", "Спорт": у 2 ч. - Ч. 2. / уклад. Л.В. Гальченко. – Запоріжжя : ЗНУ, 2013. – 116 с.