17.04.2020 Физкультура (теория).

Урок по теме. Игры моей Родины, какие они? Перечень вопросов, рассматриваемых в теме

народные игры;национальные игры;

«Салки»;

«Жмурки»;

«Ручеек».

**Игра** – занятие, которое служит для развлечения или отдыха, а также спортивного соревнования, подготовке к труду и будущей жизни.

**Народные игры** – игры, которые являются типичными для данного народа и отражают его особенности

**Лапта** – командная народная русская игра с мячом и битой.

**Городки** – спортивная народная русская игра, в которой необходимо «выбивать» метанием биты фигуры из пяти деревянных «чурок».

**Многонациональная страна** – страна, в пределах границ которой проживает несколько народов.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ

С древних времен игра стала неотъемлемой частью жизни человека. Сегодня, как и много веков назад, игры используются для воспитания и физического развития людей, они сопровождают человека всю жизнь – от раннего детства для старческих лет.

Существует огромное количество видов игр: детские, спортивные, психологические, интеллектуальные, компьютерные, подвижные, народные и многие другие.

**Подвижные игры** являются одним из вспомогательных средств физической культуры. В отличие от спортивных игр, подвижные не предполагают усиленных тренировок и участия в официальных соревнованиях, строгих правил и выполнения спортивных разрядов.

**Народные игры** – это игры, которые были созданы обычными людьми, «народом», и передавались из поколения в поколение. Очень важным является знакомство юных граждан с народными играми нашей многонациональной страны. Они могут показать детям особенности национальных культур разных народов, их обычаи и обряды.

Россия – это самая большая страна в мире. На ее территории бок о бок проживает около 190 народов. Каждый из них уникален и интересен по-своему. И, конечно, у всех этих народов существуют свои игровые традиции. Существуют даже национальные виды спорта. Например, русские лапта и городки, скачки байге и борьба куреш у многих тюркских народов, якутские национальные прыжки, гонки на охотничьих лыжах в Коми и многие другие.

Если говорить о национальных играх, то есть игры, которые известны и любимы всеми ребятами России одинаково. Ты, наверняка, слышал и даже играл в «Салки», «Жмурки», «Ручеек».

«Салки» считаются русской народной игрой. В начале игры выбирается водящий, который становится «салкой». По команде все играющие разбегаются врассыпную, а «салка» пытается их поймать. Коснувшись кого-либо рукой, водящий должен произнести: «Я тебя осалил». После этого пойманный игрок становится новым «салкой».

**«Салки»** - это древняя игра пастухов и охотников. То есть сегодня водящий, догоняя игроков, как бы ловит животных на пастбище или охоте, как когда-то в давние времена.

У многих народов России существуют свои вариации «Салок». Так, например, в республике Коми такая игра называется «Стой, олень». В этой разновидности водящий называется «охотником» или «пастухом», а разбегающиеся игроки – «оленями». Игра продолжается, пока «охотник» не поймает 5 «оленей».

В процессе этой игры успешно развиваются быстрота, выносливость и ловкость. Ведь чтобы кого-то «осалить» или же, наоборот, сбежать от водящего, нужно уметь быстро, а иногда и долго бегать, и быть готовым вовремя увернуться.

Еще одна известная всем русская народная игра – это «Жмурки». В ней водящему завязывают глаза, а остальные игроки должны разбежаться по заранее ограниченной территории. Затем водящий должен на ощупь пытаться поймать любого игрока, и если ему это удалось, то назвать того, кого поймал.

«Жмурки» символизируют «слепой» поиск спутника жизни, или же жизненного пути вообще.

В башкирских «Жмурках» игроки по команде перебегают с кружка на кружок, приготовленных заранее, пока водящий не приблизится вплотную к кому-то из них. Тогда все должны замереть на своих кружках, а водящий должен в тишине найти игрока, который может приседать, наклоняться в стороны, но оставаться обеими ногами на своем месте.

В Северной Осетии подобная игра называется «Слепой медведь». В ней игроки должны привлекать внимание водящего различными громкими звуками, например, с помощью двух деревянных палочек или колокольчика.

Интересный вариант «Жмурок» у татар. Водящий должен по голосу узнать игрока, положившего ему на плечо руку и назвавшего его по имени, после чего сорвать повязку и догнать убегающего.

«Жмурки» отлично развивают ловкость, ведь даже просто двигаться с закрытыми глазами, сохраняя равновесие, довольно сложно.

Любимой многими поколениями детей в России является еще одна русская народная игра «Ручеек». В ней игроки разбиваются на пары, берутся за руки, держат их над головой и встают друг за другом, образуя коридор. Тот, у кого пары не оказалось, начиная от «истока» «ручейка», проходит в коридор, выбирает себе пару. Новая пара доходит до начала «ручейка» и становится первой. Тот, чью пару «разбили» идет к «истоку» и также движется по течению в поисках новой пары. Чем больше участников, чем быстрее образуются новые пары, тем игра веселее.

«Ручеек» символизирует с одной стороны течение воды. В более широком смысле «Ручеек» - это течение самой жизни.

Эта игра помогает развить качества, которые очень полезны в спорте. Это умение взаимодействовать с партнером, оперативно принимать решения.

У народов Северного Кавказа известно много игр, связанных с бегом с палкой в руке. Чаще всего они проводятся в виде эстафет, когда участники команд должны пробежать от старта к финишу, держа перед собой длинную палку, например, на ладони, на кулаке, пальце или локте. Эти игры имитируют фехтование, а также умение предков легко балансировать, перемещаясь в горах и скалах, иногда по самым узким тропам.

Подобные игры превосходно развивают ловкость, а также быстроту.

Народных игр, как и народов в целом, огромное количество. Все они уникальны, но в то же время имеют много общего, ведь соседствуют бок о бок в огромной стране. Наша задача – не потерять эти богатые традиции в век компьютерных технологий, а поддержать связь поколений.

***ЗАДАНИЕ***

1. Кто является «салкой» в игре «Салки»? Варианты ответа:

водящий

ведущий

водяной

Решение. Перед началом игры «Салки» среди играющих выбирается водящий – «салка».

2. Сколько «оленей» должен поймать «охотник» в игре «Стой, олень» народа Коми?

одного

двух

пятерых

Решение. В игре «Стой, олень» водящий – «охотник» должен поймать пять «оленей», после чего меняется водящий