**Народные игры на уроках**

**физической культуры**

****

**Алтынникова Л. М.**

**учитель МБОУ «СОШ №2»**





**Цель:**  Формировать и развивать  интерес  и любовь к русской национальной культуре, народному творчеству, обычаям, традициям, обрядам,   к народным  играм. Создать систему работы, по приобщению детей к истокам русской народной культуры, через  русские народные подвижные игры.

**Задачи:**

§   возрождать традиции русской народной культуры через осознание роли народных игр в жизни детей;

§   вооружать младших школьников необходимыми знаниями по физической культуре, формируемыми игровой деятельностью;

§   содействовать укреплению здоровья, разносторонней физической подготовленности, закаливанию растущего организма и профилактике заболеваний;

§   прививать интерес и потребности к повседневным занятиям подвижными играми, физическими упражнениями, спортом;

§  создавать предпосылки для успешного освоения народных и спортивных игр;

§  подготавливать учащихся к выполнению нормативных требований.

 «**Р**усские народные игры имеют многовековую историю, они сохранились и дошли до наших дней из глубокой старины, пере­давались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции. Собирались мальчишки и девчонки вечером на деревенской улице или за околицей, водили хороводы, пели песни, без устали бегали, играя в горелки, салочки, состязались ловкости, играя в лапту

Создавая игры, русский народ вкладывал в них глубокий смысл - это и учеба, и труд, и воспитание народные игры развивают ловкость, гибкость, силу, воспитывают богатырский дух , к тому же заставляют думать . Народные игры вызывают чувство единения , товарищества .  Дети очень любят народные игры подвижные, словесные   хороводные.  Русские народные игры очень многообразны: детские игры, игры забавы, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками.  В играх проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. После тяжелого трудового дня взрослые с удовольствием принимали участие в играх детей, обучая их, как надо развлекаться и отдыхать. Специальной физической подготовленности играющим не требуется, но хорошо физически развитые игроки получают определенное преимущество в ходе игры так, в лапте хорошо ловящего мяч ставят в поле у линии кона, а хорошо бьющего выбирают капитаном и дают дополнительный удар по мячу

Правила в играх определяются самими участниками в зависимости от условий, в которых проводятся игры . Таким образом, русские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности русского народа в физкультурном аспекте деятельности.

**И первая игра**

**Лапта**

Упоминание об этой игре есть уже в древних русских летописях. Среди предметов, найденных при раскопках древнего Новгорода, есть немало мячей и сама лапта(палка-бита), давшая название игре. Значит, более тысячи лет живет эта игра в народе!  Лапта игра командная.

Поэт Валентин Берестов вспоминает в своем стихотворении

**«Лапта»:**

О, радость жизни, детская игра!

Век не уйти с соседского двора.

За мной являлась мать.

Но даже маме

В лапту случалось заиграться с нами.

Чего ж ей, великанше, делать тут?

В нее ж мячом всех раньше попадут.

Кидать— кидали, да не попадали...

И к ужину обоих долго ждали.

В лапте нужны: находчивость, Изворотливость, выносливость, верность своей команде, внимательность, быстрый бег, меткий глаз, твердость удара рук и вечная уверенность в том, что тебя не победят. Эта игра не требует ни особых дорогостоящих принадлежностей, ни специально оборудованных площадок, что в настоящее время приобретает особую актуальность

**ГОРОДКИ.**

Городки - старинная русская игра на развитие основных физических качеств человека и совершенствующая многие двигательные навыки, необходимые в трудовой деятельности.

Игра "городки" широко использовалась в физической подготовке русской армии уже Петром Первым; великий рус­ский полководец А.В.Суворов о городках говорил: "Битою мечу - это глазомер, битою бью - это быстрота, битою вы­биваю - это натиск", - именно эти качества Суворов считал главными для воина.

Игра в  городки существует уже многие столетия и в настоящее время стала игрой спортивной, приобретшей широ­кую популярность.  Первое первенство СССР по городошному спорту состоялось в 1936 году.  В городках строятся много фигур несколько фигур я вам покажу, это самолёт, ракетка, рак, коленчатый вал, стрела.

Следующая игра

**ЧИЖ**

 Для этой игры необходимы бита и чижик. Играющий ударяет по заострённому концу чижа  битой, а следующим ударом подбрасывает  и ударяет его на определённое расстояние. Количество игроков не имеет значение.

**Игра  Кольцеброс или (накидушки)**

Для игры нужна деревянная подставка с вбитыми в неё колышками кольца, которые набрасывают на колышки. Кольца могут быть как резиновые таки вырезанными из фанеры. Играющие договариваются по сколько колец будет бросать каждый. Расстояние можно увеличивать или уменьшать в зависимости от тренированности детей.

**Кубарь**

Кубарь был известен еще древним грекам. В Древней Руси игры с кубарем были,  одними из самых распространенных. Надо отметить, что уже в 10 веке кубарь имел настолько совершенную форму, что она почти не менялась до наших дней.

Простейшие кубари вытесывались топором и ножом (а позднее и на токарном станке) из деревянного цилиндра.  Иногда кубарю придавалась более затейливая форма: с перехватом примерно на середине его высоты или вырезался желобок (кубарь в этом случае носил название «точка»). Есть много интересных видов кубарей. Обязательной принадлежностью игр с кубарем является веревочка  длиной 50—80 см, с помощью которой  кубарь раскручивается до быстрого и устойчивого вращения. Играют дети школьного возраста, собравшись по 2— 10 человек, иногда в одиночку.

Кубарь запускается по-разному. Иногда его раскручивают между ладонями, а чаще накручивают на кубарь веревочку и с силой дергают за ее конец. Это придает кубарю вращательное движение. Пускают кубарь по ровной поверхности Начинающие игроки состязаются в том, у кого кубарь дольше прокрутится.

**Малечина-калечина**

Это старинная народная игра. Поставив палочку на ладонь, палец, тыльную сторону ладони, на локоток стараются поддержать её в равновесии пока произносятся слова: **«Малечина-калечина» сколько часов до вечера?**

**Раз, два. три….десять.**

**Ходули**

Древнейшая забава, известная у многих народов.

Это два шеста с приступками, на которые становятся и ходят. Ходули бывают разной высоты огромным успехом пользуются у детей и взрослых.

**Гонок**

Подвижная игра, которая уже несколько столетий известна и в Европе и в Азии. Для игры нужно колесо или обруч ребёнок  бежит за обручем, подталкивая его специальной погонялкой-гонком. Это большое удовольствие и для детей и для взрослых управлять «послушным» обручем и выделывать различные трюки.

**Фурчалка**

 Фурчалка родом из Тульской губернии. Представляет собой тоненький кружочек с закруглёнными кончиками. Посередине круга есть отверстия, в которые продеваются нити и замыкаются на концах. При натягивании и ослаблении нитей круг начинает усиленно вращаться, тем самым создавая шумовые колебания. Иногда вместо кружка или пластинки используют пуговицы, однако звук может быть слишком глухим.