

Юмшанова Алевтина Дмитриевна
учитель начальных классов
Верхоянский район
Республика Саха (Якутия)

Якутские подвижные игры на переменах

Подвижные игры- естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Эффективность учебного процесса в школе во многом зависит от умелой организации физкультурно-оздоровительной работы. Главное значение перемены - приостановить развивающееся в процессе учебных занятий торможение в коре головного мозга, предотвратить и дать разрядку умственному и эмоциональному напряжению для улучшения восприятия учебного материала. Проведение динамичных подвижных перемен способствует лучшему восприятию учебного материала, физическому развитию и воспитанию волевых качеств.

Волк и жеребята (Бөрө уонна кулуннар)

Из группы играющих выбирается волк , две-три лошади, а остальные дети изображают жеребят.

Лошадки огораживают чертою поле-пастбище, на котором пасутся жеребята. Лошадки охраняют их. Чтобы они далеко не уходили от табуна, так как бродит волк. Определяют (и тоже очерчивают) место волку. Все становятся на свои места, и игра начинается. Пасущиеся лошадки распростёртыми руками сгоняют в табун резвящихся и старающихся убежать из пастбища жеребят. Но за линию лошадки не выходят. Волк ловит жеребят, убегающих от табуна за линию. Пойманные волком жеребята выходят из игры и сидят (или стоят) в определённом месте, куда их приведёт волк.

ПРАВИЛА ИГРЫ. Волк ловит жеребят только за пределами пастбища.

Соколиный бой (Мохсоҕол охсуһуута)

Играют парами.Играющие становятся на правую ногу друг против друга, левая нога согнута. Руки скрещены перед грудью. Игроки прыгают на правой

ноге и стараются правым плечом оттолкнуть один другого так, чтобы другой встал на обе ноги. Когда устают прыгать на правой ноге, меняют её на левую. И тогда соответственно меняются толчки плеча. Если при грубом толчке один из играющих упадёт, толкнувший выходит из игры.

ПРАВИЛА ИГРЫ. Победившим считается тот, кто заставил встать другого на обе ноги. Отталкивать партнёра можно только плечом. смену ног производит одновременно в паре.

Сокол и лиса (Мохсобол уонна саһыл)

Выбираются сокол и лиса. Остальные дети-соколята. Сокол учит своих соколят летать. Он легко бегает в разных направлениях и одновременно производит разные летательные движения (вверх, в стороны, вперёд) и ещё придумывает какое-нибудь более сложные движения руками. Стайка соколят бежит за соколом и следит за его движениями. Они должны точно повторять движения сокола. В это время вдруг выскакивает из норы лиса. Соколята быстро приседают на корточки, чтобы лиса их не заметила.

ПРАВИЛА ИГРЫ. Время появления лисы определяется сигналом ведущего. Лиса ловит только тех, кто не присел.

Один лишний (Биир ордук)

Играющие становятся по кругу парами. Каждая пара в кругу располагается по возможности подальше от соседей. Выделяется один ведущий, который становится в середине круга. Начиная игру. Ведущий подходит к какой-нибудь паре и просит: «Пустите меня к себе». Ему отвечают: « Нет не пустим, иди туда...» (указывают на более дальнюю пару). В то время когда ведущий бежит к указанной паре, все стоящие в паре вторыми меняются местами, перебегают к другой паре и становятся впереди. Передние уже становятся задними. Ведущий старается занять какое-нибудь из освобождённых мест. Оставшийся без места становится ведущим. Может играть любое количество детей.

ПРАВИЛА ИГРЫ. Меняться парами можно только, когда ведущий бежит к указанном направлении.

Игра в мяч

Играющие делятся на две равные группы и становятся шеренгами друг против друга. Крайний бросает мяч стоящему напротив, который ловит мяч и передает его следующему стоящему напротив, и т. д. Если играющий не поймает мяч, то переходит в плен на противоположную сторону. И так до конца шеренги. Затем мяч кидают в обратную сторону в таком же порядке. **ПРАВИЛА ИГРЫ.** Выигравший считается та группа, в которую перешла больше играков. Перебрасывать мячи следует в строго определённом порядке.

Пятнашки (Атах тэпсиитэ)

Двое играющих кладут руки друг другу на плечи и, подпрыгивая, попеременно ударяют правой ногой о правую, а левой о левую ногу напарника. Игра ведётся ритмично в виде танца.

ПРАВИЛА ИГРЫ. Ритмичность движений, их мягкость соблюдать обязательно.