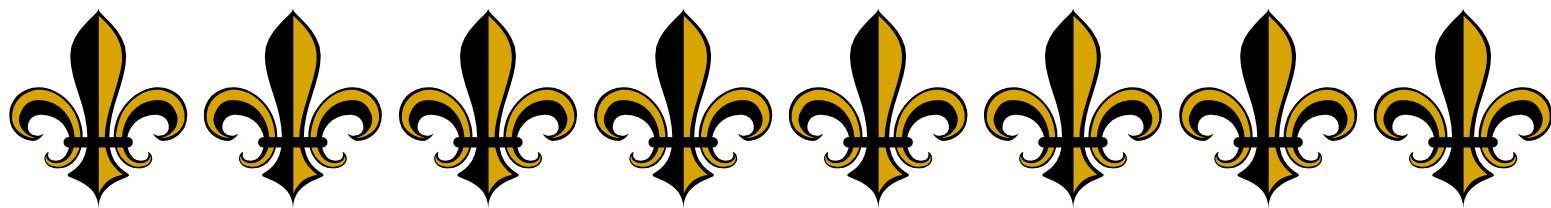
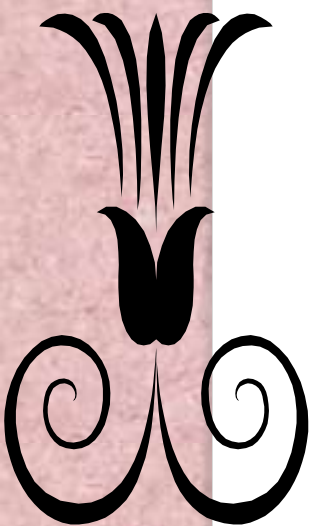




Тема: Якутские национальные игры

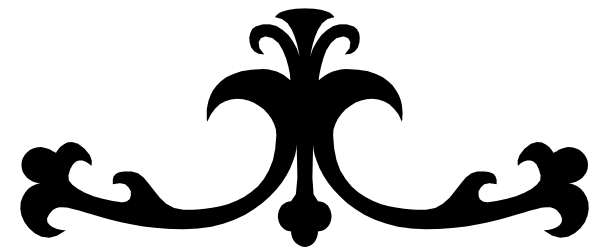


Цели:

Обучающие: научить упражнениям, которые развивают силу, быстроту, ловкость, выносливость;

Развивающие: активное приобщение к физической культуре народа Саха через нетрадиционные народные игры

Воспитательные: бережное отношения к здоровью и природе



Девиз урока: «Будь сильным, смелым и метким, что охотником стать»

- *Очищение*

*Санаабыт ыраас буоллун
Кир-хах сыстыбатын
Үтүө – мааны дьон буолун
Баба санаабыт туоллун!
Домм! Домм! Домм*

- - *По якутскому обычаю мы прошли через
веревку «ситии» из конского волоса –
называется «салама». Салама – священная
связь с духом природы. Прикасаясь к саламе
человек очищается от злых духов, сглаза и
порчи.*

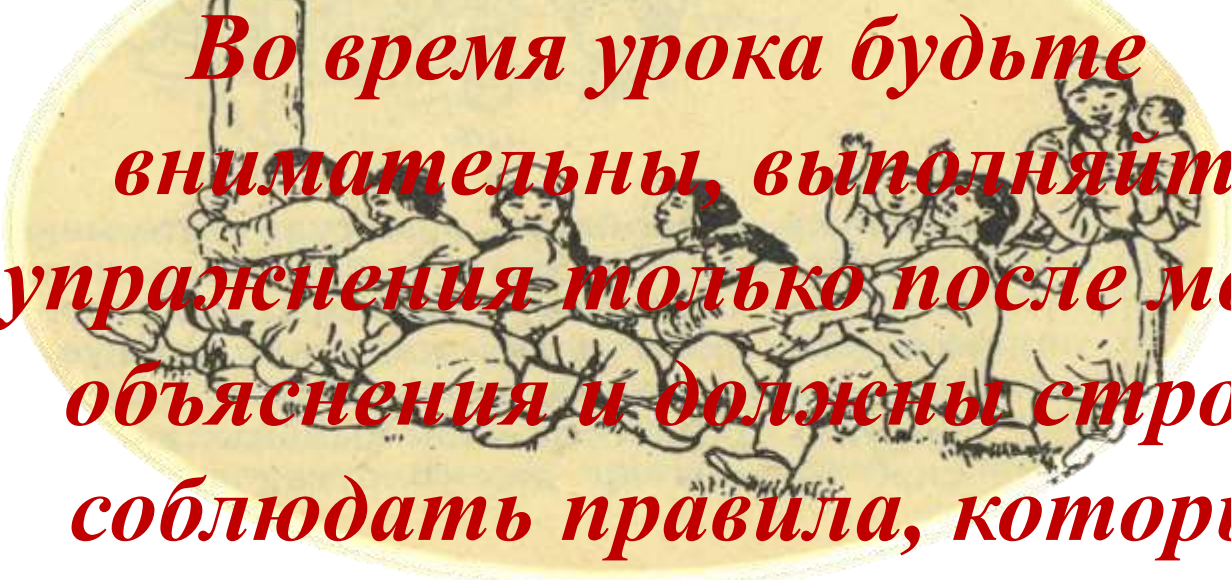


Наш урок будет связан с тематикой «Байаная»

- Мы сегодня будем играть в якутские национальные игры. По представлению древних якутов, каждая гора, каждое озеро, дерево, река, огонь и все, что окружает человека, имеют свой дух (иччи)
- Ноябрь месяц по якутскому календарю называют месяцем «Байаная – духа Охоты»
- Хозяином леса является добрый и щедрый «Баай Байанай», который покровительствует благодарным и нехвастливым охотникам



Правила безопасного поведения во время игры

A black and white line drawing of a group of children sitting in a circle on the floor, engaged in an activity. One child is standing and holding a ball, while others are watching or participating. The scene is set within a yellow oval frame.

*Во время урока будьте
внимательны, выполняйте
упражнения только после моего
объяснения и должны строго
соблюдать правила, которые
будут при беге, игре, состязании.*



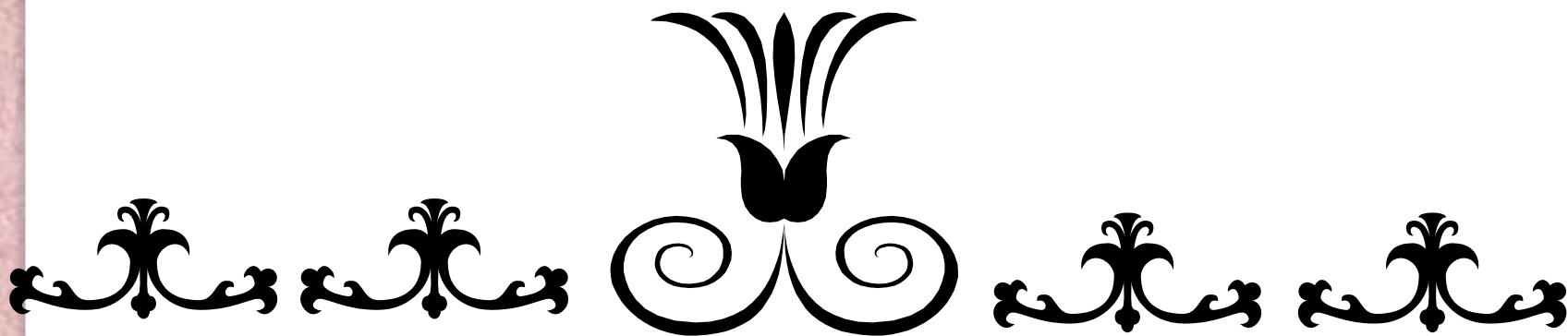
Разминка – «Бег оленя»

- *Наша разминка будет непростая. Начнем урок с бега по кругу.*
- *Охотник из стада оленей выбирает оленя и должен попасть в него среди бегущих оленей. Сейчас выбираем охотника кто желает?*



Упражнение «Охотники и утки»

Мы с вами – первобытные охотники отправляемся за добычей, нам очень трудно, нужно проявить ловкость, смелость и хорошую реакцию. Давайте проверим себя.



Упражнение «Убегающий зверь»

*В лесу зверь, увидев охотника,
чувствует опасность и старается
убежать во весь упор.*

*Будем повторять эти движения.
Молодцы!*



Упражнение «Убегающий зайчишка»

Заяц в наших лесах самый быстрый и шустрый. Пугаясь от каждого шороха, бежит быстро. Как он убегает?




Якутские национальные игры.

- *Игра «прыжки по клетке» (кириэс тэбии) – играющие прыгают по клетке на одной ноге. Посчитаем сколько кругов сделает каждый участник*

Игра «перетягивание пальцами» (күлүүстэһии)

Наши предки длинными зимними вечерами любили проводить игры на выносливость, силу и ловкость. А наша игра требует ловкости и цепкости пальцев.

ЛОВКОСТИ И ЦЕПКОСТИ ПАЛЬЦЕВ

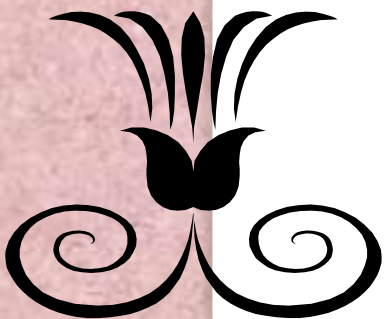


Игра «волк и жеребята» (бөрө уонна кулуннар)

*В этой игре копируются
действия волка, пытающегося
поймать жеребенка из стада*

«Прыжки по кочкам»

*Каждому пройти площадку
перешагивая с кочки на кочку*



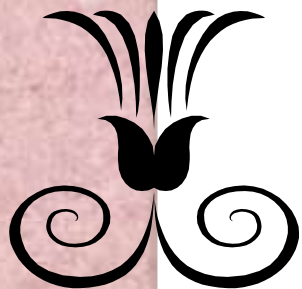
«Водопой» (ойбонтон уулааһын)

Участник должен поднять предмет, с пола захватив ртом берестяную посуду



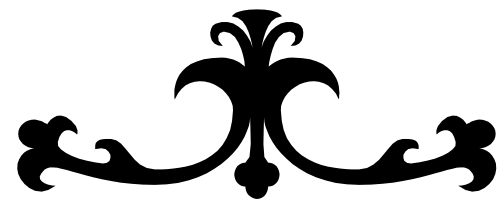
«Петушиный бой» (бөтүүктэһии)

С каждой команды поочередно подходите и становитесь друг против друга. Руки на уровне груди, складываем крест на крест. Прыгая, на одной ноге толкаете, стараясь заставить соперника потерять равновесие и стать на обе ноги.



«Групповое перетягивание палки»

Садимся на пол гуськом одна группа против другой. Передние берутся за палку двумя руками и упираются друг о друга ступнями ног, остальные в каждой группе берут друга за талию, сцепляются пальцами



«В здоровом теле – здоровый
дух!»



Спасибо за внимание!

