

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«НАЦИОНАЛЬНЫЕ НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ: ХАБЫЛЫК, ХААМЫСКА И ТЫКСААН» 2 - 4 КЛАССЫ

Степанов Андрей Афанасьевич, учитель физической культуры

МБОУ АТООШ

Программа по традиционным настольным играм хабылык, хаамыска, тыксаан предназначена для проведения внеурочной формы занятий физического воспитания. Данная программа дает возможность расширить и углубить практические умения, повышает уровень языковой культуры, создает условия для развития логического мышления и пространственных представлений учащихся, способствует углублению, расширению знания традиционной игровой культуры якутского народа и направлена на воспитание уважения к традициям предков. Стимулирует интерес к занятиям физической культурой. Проблема здоровья детей сегодня как никогда актуальна. Только здоровый ребёнок может успешно учиться. Игра в хабылык и хаамыска – гуманная и демократичная народная игра: «Игра принимает всех», не отвергая ослабленных детей.

Цель программы - углубленное изучение традиционных якутских настольных игр хабылык, хаамыска, тыксаан. Развитие мелкой моторики и познавательной деятельности. Настольная игра заставляет думать, проверять и развивать свои способности, включает ребенка в соревновании с другими. Участие детей в игре способствует их самоутверждению, развивает настойчивость, стремление к успеху и другие полезные мотивационные качества.

Задачи:

- развитие мышления в процессе формирования основных приемов мыслительной деятельности: анализа, синтеза, сравнения, обобщения, классификации, умение выделять главное, доказывать и опровергать, делать несложные выводы;
- развитие психических познавательных процессов: различных видов памяти, внимания, зрительного восприятия, воображения;
- формирование навыков творческого мышления и развитие умения решать нестандартные задачи;
- развитие познавательной активности и самостоятельной мыслительной деятельности учащихся;
- формирование и развитие коммуникативных умений: умение общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других, объективно оценивать свою работу и деятельность одноклассников;
- формирование навыков применения полученных знаний и умений в процессе изучения школьных дисциплин и в практической деятельности
- обучение основной технике настольной игры хабылык, хаамыска, тыксаан.

Для успешной реализации программы необходимо соответствующее материально-техническое обеспечение:

- специально отведённое место с соответствующей мебелью (столы, скамейки и стулья) по виду деятельности и возрастным особенностям учащихся;
- для занятий необходим следующий игровой материал:
 - хабылык по 30 штук - 5-6 комплектов (по количеству детей в группе)
 - хаамыска по 5 штук - 5-6 комплектов (по количеству детей в группе)
 - тыксаан по 30 штук – 2-3 комплекта
 - часы – 1 шт
 - мячи резиновые (маленькие) – по количеству детей в группе

Общая и специальная физическая подготовка

№	Виды подготовки	Содержание подготовки	2 классы	4 классы
1	Упражнения	Легкий массаж пальцев. Сгибание	Все виды	Все виды

	мышц кистей рук и пальцев	и разгибание пальцев. Упражнения с предметами: - перебирание круп, зёрен; - шнуровка на специальных рамках; - застёгивание и расстегивание пуговиц.	подготовки в сочетании проводятся в начале, т.е. в подготовительной части каждого занятия с целью разогрева мышц для полноценной подготовки организма к занятию и развития тех или иных качеств, необходимые для игры	подготовки в сочетании проводятся в начале, т.е. в подготовительной части каждого занятия с целью разогрева мышц для полноценной подготовки организма к занятию и развития тех или иных качеств, необходимые для игры
2	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса	Упражнения с предметами: - перебрасывание мяча с одной руки на другую перед собой; - подбрасывание мяча вверх и ловля; - упражнения мячами с напарником; - перебрасывание палочки с одной руки на другую перед собой; - подбрасывание палочки и ловля		
3	Упражнения для мышц туловища и шеи	Индивидуальные упражнения без предметов и с предметами: - наклоны вперёд, назад, вправо, влево без предмета; - наклоны вперёд, назад, вправо, влево с предметом; - наклоны и повороты головы		
4	Упражнения для мышц ног и таза	-приседания в различных исходных положениях; - подскоки; - ходьба; - бег		
5	Подвижные игры и забавы	- различные игры народа Саха и других народов; - комбинированные эстафеты		

Список литературы

1. Этноспорт Якутии. Автор: Иннокентий Готовцев- Якутск: 2012.
2. Дети Азии. Составители: Алексей Соколов, Ростислав Павлов. 2012 г.
3. Саха төрүт оонньуулара. Народные игры и забавы Саха, А.С.Федоров. -Якутск: Бичик,2011. - 96 с.
4. Якутские настольные игры. Иннокентий Готовцев, Якутск: 2012.
5. Журнал Саха Спорт 5(19)2010.
6. Интернет ресурсы.

Приложение №1.Правила игр

Правила якутской настольной игры в хабылык (в лучинки).

Участник, держа хабылык на ладони, осторожно подбрасывает их вверх, а затем ловит тыльной стороной кисти. Потом снова подбрасывает хабылык вверх и, поворачивая кисть, старается поймать пальцами один хабылык. До 25-ти ловится только по одному хабылык. Оставшиеся пять хабылык можно поймать по 5 или по 3. Поймав нечетное количество хабылык, участник берет себе один, который засчитывается ему в актив. Последний хабылык участник подбрасывает и ловит мизинцем и безымянным пальцами.

Инвентарь и место проведения соревнований

Основным инвентарем в данном виде соревнований являются палочки, которые изготавливаются из дерева.

⌘ Размеры хабылык: длина — 16 см, ширина — 9 мм, толщина — 4 мм. Количество хабылык — 30 штук. Для игры можно использовать столы якутские круглые или прямоугольной формы.

⌘ Правила судейства

1. Для проведения соревнования назначается судейская бригада в составе: старшего судьи, секретаря, судьи-хронометриста, бокового судьи (судья, который ведет счет хабылык).
2. Участник, приглашенный первым по жеребьевке, должен разложить на столе хабылык по пять штук. На предстартовую подготовку дается не более 30 секунд.
3. По команде «Бэлэмнэн!» (Внимание!) участник принимает основную стойку, берет в ладонь хабылык.
4. По сигналу «Чэ!» («Марш!») судья-хронометрист засекает время, и участник начинает игру. Продолжительность игры — 2 минуты.
5. Судья-хронометрист информирует участника по истечении одной минуты и за 15 секунд до конца игры.
6. Если участник допустил ошибку при ловле, то судья указывает и не засчитывает пойманный хабылык.
7. Если участник выронил хабылык, то сам должен его поднять.
8. По сигналу «БҮТТЭ!» («Стоп!») судья-хронометрист засекает время, и участник заканчивает игру.
9. По окончании игры секретарь делает запись о количестве пойманных хабылык в соответствующей графе судейского протокола.
10. Если участник поймал все 30 хабылык раньше окончания отпущенного времени, то судья-хронометрист фиксирует, а секретарь отмечает в протоколе время, затраченное на игру.
11. Победитель определяется по наименьшему количеству времени или по наибольшему количеству пойманных хабылык.
12. Если по окончании игры два или более участников набирают одинаковое количество очков, то назначается дополнительная игра, и по их результатам присуждаются места.

Правила якутской настольной игры хаамыска (камешки)

Игра пятью хаамыска состоит из шести этапов. До четвертого этапа участник каждый раз рассыпает хаамыска на столе перед собой и берет одну из них.

1 этап: Подбрасывая вверх ее, участник должен во время ее полета успеть подобрать со стола по одной хаамыска и поймать подброшенную.

2 этап: Подбрасывая вверх одну хаамыска, участник поднимает каждый раз по две и ловит подброшенную.

3 этап: Подбрасывая вверх одну хаамыска, участник поднимает со стола вначале одну, затем — остальные три или наоборот.

4 этап: Подкидывая одну, участник во время ее полета должен положить на стол остальные четыре. Снова подкидывает одну и во время ее полета должен успеть подобрать все четыре и поймать подброшенную.

5 этап: Игрок бросает на стол все хаамыска. Берет одну и, подкидывая ее вверх, собирает в ладонь остальные по одной.

6 этап: Все хаамыска участник держит в ладони, подбрасывает все и ловит их тыльной стороной ладони, снова подбрасывает и ловит все камешки с прихватом упавших на стол при первом подбрасывании.

⌘ Инвентарь и место проведения соревнования

Основным инвентарем в данном виде соревнований являются кубики, которые изготавливаются из дерева.

Размеры хаамыска — 1,5 см х 1,5 см. Количество хаамыска — 5 штук. Для игры можно использовать столы якутские круглые или прямоугольной формы.

⌘ Правила судейства

1. Для проведения соревнования назначается судейская бригада в составе старшего судьи,

- секретаря, судьи-хронометриста, бокового судьи (судья, который ведет счет игры хаамыска).
2. Участник, приглашенный первым по жеребьевке, должен разложить на столе пять хаамыска. На предстартовую подготовку дается не более 30 секунд.
 3. По команде «Бэлэмнэн!» (Внимание!) участник принимает основную стойку, берет в ладонь все хаамыска.
 4. По сигналу «Чэ!» («Марш!») судья-хронометрист засекает время, и участник начинает игру. Продолжительность игры — 2 минуты.
 5. Судья-хронометрист информирует участника по истечении одной минуты и за 15 секунд до конца игры.
 6. Если участник допустил ошибку, то игру он продолжает с того приема, который не смог выполнить.
 7. Во время подхвата нельзя ронять хаамыска. Если участник выронил хаамыска, то сам должен его поднять.
 8. По сигналу «БҮТТЭ!» («Стоп!») судья-хронометрист засекает время, и участник заканчивает игру.
 9. По окончании игры секретарь делает запись о количестве очков в соответствующей графе судейского протокола. Если участник пройдет все 6 этапов игры хаамыска, то получает 5 очков. Если участник за 2 минуты повторит все 6 этапов три раза и ошибется на пятом этапе, то записывается так: 15/4.
 10. Победитель определяется по наибольшему количеству очков.