Использование народных игр на уроках физической культуры в начальных классах

Народная игра (фольклорная, традиционная) это игра характерная для конкретного народа и считается таковой национальным сознанием. Традиционные и современные народные игры составляют основу празднично-игровой культуры народов мира.

Народные игры при использовании на уроках физической культуры:

повышают эмоциональность и интерес к урокам физкультуры;

активизируют физическую нагрузку на занятиях;

способствуют повышению уровня физической подготовленности и укреплению здоровья;

привлекают к ценностям народной культуры.

Народные подвижные игры могут использоваться на протяжении всего периода обучения в школе независимо от времени года.

Примеры народных игр:

Коршун и наседка (русская народная игра). По жребию представитель одной команды – «коршун», другой – «наседка». Игроки наседки становятся в колонну. Замыкающий в ней – «цыпленок». Все крепко держатся друг за друга, обхватив впереди стоящего за пояс. По сигналу коршун старается запятнать цыпленка, но сделать это нелегко, так как игроки наседки все время поворачиваются лицом к нему и преграждают ему путь. За каждое касание цыпленка коршуну начисляется выигрышнее очко. Игра продолжается 2 минуты, после чего команды меняются ролями. Выигрывает команда, чей коршун сумеет большее количество раз запятнать цыпленка. Игроки не должны разъединять руки. За нарушение противник получает одно очко. Игру можно видоизменить: после каждого касания замыкающий в колонне выбывает из игры. В этом случае побеждает команда, у которой к концу игры сохраниться большее количество участников.

Потяг (белорусская народная игра). Участники строятся на центральной линии боком друг к другу лицом в разные стороны через одного (игроки одной команды смотрят в одну сторону, другой – в обратную). В 3 метрах от центральной линии по обеим сторонам обозначены крайние линии. По первому сигналу участники берутся под рукой, образовав своеобразную цель. После второго сигнала они начинают толкать своих соперников с таким расчетом, что вытолкнуть их за крайнюю линию. Игра проводится из трех попыток.

Бабки (русская народная игра). Участвуют 2 команды по 3 человека. Проводится на ровной площадке размером 8\*4 метра. На расстоянии 2 метров от одной из коротких сторон проводится линия кона, в 5 метрах от нее – линия метания. Каждая команда имеет 10 бабок (традиционно использовались чистые кости домашних животных) и один биток (наиболее крупная и тяжелая бабка). Перед командами у линии кона расставляются в определенном порядке фигуры из 10 бабок: «забор» и «гусек». Первая ставится вдоль линии кона, вторая – перпендикулярно ей. Участники стараются сбить свои бабки наименьшим количеством битков. По жребию одна из команд начинает игру. Участники по очереди бросают биток в бабки, стараясь сбить их. Затем биток бросает другая команда. Бабка считается сбитой если она упала. Команда, выбившая раньше всех фигуры, побеждает.

Кю́юккя (карельская народная игра). Старинная народная командная игра, популярная у финнов и карелов, внешне напоминающая русскую игру в городки, но значительно отличающаяся правилами. По традиции игроки побеждённой команды катают победителей верхом на спине вокруг площадок. Игровая площадка, состоит из двух квадратов (5\*5 метров) и пространства между ними (10 метров). На переднюю линию каждого квадрата столбиком выставляется по 20 пар кююккя (городков). Участвуют две команды, в состав которых входит по четыре или два человека. Команды располагаются напротив друг друга и поочередно стараются выбить городки, которые установлены в ряд на лицевой линии по центру города.

Для развития у школьников привычки к активному и здоровому образу жизни, необходимо, чтобы занятия физкультурой и спортом были направлены на формирование положительных эмоций, на развитие мотивации. В ходе народных игр, у учащихся формируется потребность самостоятельно заниматься физической культурой.