



Казахские национальные игры на уроках физической культуры (из опыта работы)

Чевтаев Алексей Эдуардович
учитель физической культуры
КГУ "Шульбинская средняя общеобразовательная школа"

Двигательная активность является важным аспектом здорового образа жизни человека. Полноценная жизнедеятельность возможна только при условии своевременной реакции на воздействия внешней среды. Физические упражнения, приобщение к физической культуре являются регулятором, обеспечивающим управление жизненными процессами и сохранение постоянной внутренней среды.

Главной целью воспитания и обучения подрастающего поколения является развитие личности ребенка, владеющего ключевыми компетенциями, личностной культурой на основе общечеловеческих национальных ценностей. Значение культурного наследия в воспитании подрастающего поколения отмечали многие педагоги исследователи: А.Кунанбаев, И.Алтынсарин, М.Х.Балтабаев, С.А.Узакбаева, К.Ж.Кожаметова, М.Т.Таникеев и многие другие.

Одним из важнейших элементов культуры казахского народа являются национальные игры, как историческое наследие, закрепленное вековым опытом и жизнью многих людей. Национальные игры являются неотъемлемой частью физического воспитания подрастающего поколения.

Применение казахских национальных игр на уроках физической культуры имеют огромное значение. Игры являются частью национальной культуры детства любого народа. Казахские национальные игры развивают ребенка как личность, формируют воспитание, мышление, интуицию, эмоции, память, речь, эстетическое воспитание, нравственные чувства, улучшается самочувствие прогрессивное преобразования в психике ребенка, и, прежде всего в его интеллектуальной сфере, являющихся фундаментом для развития всех других сторон детской личности.

Использование на практике казахских национальных игр позволяет обогащать духовно, формировать устойчивое, заинтересованное и уважительное отношение к культуре всех народов. Это в свою очередь способствует созданию эмоционально — положительной основы для развития

патриотических чувств, знакомит с особенностями жизни народов и оставляет неизгладимое впечатление у занимающихся. Казахские национальные игры, способствуют не только физической тренировке организма, но и являются средством психологической подготовки учащихся. Именно посредством игры, по словам великого русского врача и педагога П.Ф.Лесгафта, человек приобретает «опытность справляться с препятствиями, которые встречаются в жизни».

Казахская народная игра- Таяк-ойна

Требует от участников силы, ловкости и меткости. Проводить ее лучше на площадке около снежных сугробов. Можно самим сделать стену из снега высотой 0,5 м и Начать турнир. для турнира необходима деревянная палка (копье) диаметром 12—15 мм в длиной 1 м.

Игра заключается в том, что каждый участник игры с силой метает копье в снежный сугроб или стену. Если копье брошено достаточно сильно, его конец выходит на противоположной стороне и такой игрок побеждает.

Игра развивает меткость, физическую силу, упорство в достижении цели, решительность, поддерживает бодрость и веселое настроение.

Казахская народная игра-«Ақ қасқыр — байланған қасқыр»

Белый лютый — серый лютый

В игре участвуют две команды — это волшебные храбрые волки. Каждая команда имеет свое логово и клетку. Логово — это круг, рассчитанный на то, чтобы все играющие каждой команды поместились в нем свободно. Клетка — это тоже круг, начерченный рядом с логовом, предназначенный для вероятных пленников. В центре площадки прочерчена линия — это граница между логовами, находящаяся на равном расстоянии от каждого из них. Команда, получившая по жребию право начать игру, поет:

Белый лютый,
Серый лютый,
Кого вы у нас хотите

Разозлить?

Имя назовите!

Другая команда отвечает:

Нужен нам самый храбрый, храбрый,

Тот, кто врагов в бою победил,

Тот, кто в походы ходил,

Тот, кто в стременах вставал.

Злому волшебнику рога отрубал.

Белый лютый

При белой луне,

Серый лютый

При бледной луне

До орды добежит,

К нам от вас самый смелый

...(имя выбранного) прибежит.

Тот, на кого выпал выбор соперников, выбегает из своего логова под восторженные возгласы своих товарищей. В это время та команда, которая приглашает волка, становится в шеренгу, держа перед собой раскрытые ладони. Храбрый волк бежит вдоль строя и, выбрав того, кого он считает слабее себя, т. е. уверен, что он не сможет догнать самого волка, ударяет ладонью в ладонь и бежит в сторону своей команды. Игрок, задетый храбрым волком, бежит за ним, стараясь поймать его (коснуться рукой), пока волк не достигнет границы. Если он это сделает, то возвращается в свою команду, ведя за собой храброго волка в качестве пленника. Если же храбрый волк уйдет от преследования и добежит до своего логова, то тот, кого он задел, окажется пленником.

Правила игры. Касаться рукой волка, перешедшего границу, нельзя.

Казахская народная игра – «Жапактар жане карлыгаш»

Ястребы и ласточки

В игре участвует неограниченное число играющих. Игроки делятся на две группы, становятся в два ряда спиной друг к другу. В одном ряду будут ястребы, во втором — ласточки. Одного игрока выбирают ведущим. Он ходит между игроками и говорит слова отрывно: лас — пауза — точка, или яс..., а окончание слова не произносит. Тогда группа, чье название произнесено полностью, разбегается в разные стороны, а игроки неназванной группы догоняют их. Пойманные игроки считаются членами ловящей группы.

Правила игры. Разбегаться и ловить можно только по соответствующему сигналу. Побеждает та команда, в которой к концу игры окажется больше игроков.

Казахская народная игра -«Ақ сүйек» Белая кость
Участники игры становятся в шеренгу. Ведущий берет белую кость (можно использовать резиновый мяч, деревянный ключ, резные палочки и т. д.) и

напевает: Белая кость — знак счастья, ключ, Лети до луны, До белых снежных вершин! Находчив и счастлив тот, Кто тебя в миг найдет!

После чего ведущий бросает кость за шеренгу играющих. В этот момент никто не должен оглядываться назад, чтобы не видеть, в какую сторону летит кость. Когда кость упадет, ведущий объявляет: Ищите кость — Найдете счастье скорей! А найдет его тот, Кто быстрее и ловчей!

Цель действий — быстро найти кость и незаметно для остальных принести ее ведущему. Если дети заметят ее, они преследуют игрока и, слегка ударив по плечу, отбирают кость, затем тоже бегут к ведущему. Для того чтобы быть незаметным и без препятствий донести кость до ведущего, можно проявить хитрость, находчивость. Иной игрок под предлогом того, что он не может найти кость, идет к ведущему шагом, отвлекает внимание соперников различными способами (например, громко говорит, указывая на другого, и утверждает, что кость якобы у него и т. д.). Если игрок нашел кость, т. е. оказался счастливым, то вся группа или один из группы исполняют его желание: поют, читают стихи, подражают голосам животных.

Правила игры. Осаленный, преследуемый игроком, обязан сразу же передать белую кость. Оглядываться во время полета кости нельзя. Искать ее разрешается только после сигнала ведущего. Тот, кто нарушает правила игры, несет наказание по воле победителя.

Казахская народная игра – «Орамал» Платок с узелком

Водящий дает одному из участников завязанный в узел платок. Участники становятся в круг вокруг водящего. По команде водящего «Раз, два, три!» все участники разбегаются. Водящий должен догнать игрока с платком, коснуться его плеча и взять платок. В момент преследования игрок с платком может передать его товарищу, тот — следующему и т. д. Если водящий поймает игрока с платком, тот должен исполнить любое его желание: спеть песню, прочитать стихотворение и т. д. После этого он становится водящим.

Правила игры. Игра начинается по сигналу водящего. Отдавать и передавать платок надо быстро, в беге. Нельзя отказываться от исполнения желания.

Казахская народная игра – «Балапандар» Цыплята
Игроки распределяются на три группы. В каждой группе — наседка и ее цыплята. Выбранные считалкой три коршуна должны коснуться ладонями цыплят, после чего те выбывают из игры. Наседка защищает своих цыплят. Она не нападает на коршунов, но если при их нападении наседка, защищая своих цыплят, коснется руками коршунов, то они выходят из игры.

Три группы цыплят двигаются цепочками, держась друг за друга и за наседку, которая возглавляет цепь. Цыплята поют:

Дружно держимся за друга,
Здесь, в колонне: друг — подруга!

Мы все смелые ребята.
Развеселые цыплята!

Нам не страшен хищный коршун.
С нами наша мать!

Мы идем с ней погулять,
Чудеса повидать!

При этом наседки делают различные повороты, ведя за собой цыплят. Если в этот момент цепь рывается, на отстающих игроков нападают коршуны. Цыплята стараются опять выстроиться в цепь.

Правила игры. Наседка касается коршуна только в момент его нападения. Коршун ловит лишь оторвавшихся от наседки цыплят.

Казахская народная игра – «Казан»

Казахская национальная игра "Казан" - это игра, в которую можно играть как летом на поляне, так и зимой на льду. В "Казан" могут принимать участие от 3 до 10 человек. Согласно условиям игры, на земле или на льду очерчивается круг. Все участники кроме водящего встают по этому кругу, а водящий за кругом. В центре круга заранее делается небольшая ямка, также по одной небольшой ямке делается перед каждым участником. Каждый участник, включая ведущего держит в руках палку или клюшку. Также для игры понадобится деревянный шар, радиусом в 7-10 сантиметров. Водящий пытается палкой загнать шар в центральную лунку, а остальные участники игры защищают лунку своими палками и не дают ему это сделать, отбивая шар за круг. Если бьющий по шару участник игры не сумел ударить по нему и занять свою ямку (для этого нужно поставить в нее одним концом палку), ее занимает (тем же способом) водящий. Проигравший игрок становится водящим, и игра начинается сначала. Если водящему удастся ввести шар в центральную ямку, все участники игры должны быстро поменяться местами. Во время перебежки водящий старается занять чью-нибудь ямку. Игру возобновляет участник, оставшийся без места (без ямки).

Казахская народная игра – «Бөрік теппек»

В казахскую национальную игру «Бөрік теппек» могут играть как взрослые, так и дети. Это игра на дальность метания мячей или камней. Участники становятся в шеренгу и кидают вдаль мячи или камни, завернутые в платки разных цветов. Затем тот, чей мяч или камень упал ближе всех идет собирать их, и определяет, чей камень или мяч упал дальше остальных. Тот игрок, чей камень трижды

упадет дальше всех, считается первым победителем. Игра обычно ведется до определения трех победителей.

Казахская народная игра – «Лак-устау»

В казахской национальной игре "Лак-устау" могут принимать участие 3-5 человек. Согласно условиям игры на поле выпускается козленок, а участники должны попробовать его поймать. Тот, кто первым сумеет догнать козленка и отнести его руководителю игры, тот считается победившим

Казахская народная игра "Токты алу"

Казахская национальная игра "Токты алу" схожа с игрой "Лак устау". Принять в ней участие могут 3-5 всадников на лошадях. Согласно условиям игры на поле выпускают козленка. Всадники соревнуются кто быстрее сможет верхом на лошади поймать козленка и принести его руководителю игры. Тот, кто сможет сделать это быстрее всех, тот и считается победителем.

Казахская народная игра «Жаяу жарыс».

Бег по пересечённой местности, с давних времён входит в программу спортивного праздника. До революции пользовался большой популярностью среди беднейших слоёв населения, которые не имели возможности организовать соревнования с дорогостоящими призами. Почти ничем не отличается от кросса.

Казахская народная игра Конное состязание «Байга»

Игроки парами (конь и наездник) встают на линию старта так, чтобы не мешать друг другу. Первый игрок—конь — вытягивает руки назад-вниз, второй — наездник — берет его за руки, и в таком положении пары бегут до линии финиша. Наездник, первым прискакавший к финишу, должен подпрыгнуть и достать узорный платочек, подвешенный па стойке.

Правила игры.

Соревнование начинается только по сигналу. Платок достает наездник.

Казахская народная игра «Куме алу» Подними монету

На противоположных сторонах площадки намечают линии старта и финиша. По площадке раскладывается большое количество монет (камешков). Игроки выстраиваются вдоль линии старта. По сигналу джигиты начинают скачки — передвигаются по направлению к линии финиша, имитируя скачку на конях. Во время скачек джигиты, не останавливаясь, наклоняются и поднимают монеты.

Побеждает тот, кто смог во время скачек собрать больше монет.

Правила игры.

Начинать скачки можно только по сигналу. Во время скачек нельзя наталкиваться друг на друга.

Поднимая предмет, нельзя стоять на месте.

Казахская народная игра «Тақия тастамақ» Есть идея!

Играющие становятся по кругу и выбирают ведущего. У него в руках тубетейка. Он обходит ребят, произнося следующие слова: «Есть идея! Не спеша, начинаем игру: садимся кругом». После этих слов дети садятся, ведущий продолжает: «Потихоньку, неторопливо обойду я вас. В это время незаметно тубетейку

подложу кому-нибудь. Если не заметишь ее, тебя я ею же и побью. И тебе придется начать игру».

Произнося эти слова, ведущий сначала незаметно подкладывает сзади кому-нибудь на пол тубетейку. По окончании текста дети ищут руками вокруг себя тубетейку; тот, у кого за спиной она оказывается, догоняет ведущего и надевает ему на голову тубетейку. Если играющий не догонит ведущего, то ведущий должен тубетейкой потихоньку шлепнуть игрока, догоняя его. Так они оббегают один круг.

Правила игры.

Во время игры нельзя оглядываться и подсматривать. Игрок с тубетейкой догоняет ведущего по кругу только до своего места.

Казахская народная игра «Жаяу тарту» Перетягивание пояса – развивает силу. Два игрока надевают пояс, становятся спиной друг к другу. По сигналу стараются быстрее взять кубик. Число очков засчитывается по количеству победителей в команде.

Казахская народная игра «Жігіт куу» Гонка джигитов – развивает скоростные качества, ловкость. На расстоянии 10-15 метров одна от другой проводятся две линии. На одной линии ставятся 2 флажка на расстоянии 5 метров друг от друга. В каждой команде выбирается один гонец, гонцы меняются в командах. Все остальные участники команды «джигиты», по сигналу ведущего «джигиты» бегут до флажка и бросают полотенце возле флажка вслед за ними бегут «гонцы». Задача «Гонцов» запятнать «джигита», задача «джигита» не быть запятнанным. Побеждает та команда, где меньше запятнанных джигитов.

Казахская народная игра «Жамбы ату» Стрельба в кольцо – на расстоянии 5 метров от каждой команды на земле ложиться обруч, задача команд попасть в обруч мячом. Побеждает та команда, которая больше закинет мячей в обруч.

Казахская народная игра «Жигит – куалау» - Догнать джигита.

Играют школьники среднего и старшего возраста, от 10 до 40 человек. Для игры требуются два флажка и полотенце.

Описание: Проводятся две линии на расстоянии 15-20 метров одна от другой. На одной из них ставятся два флажка на расстоянии 5 м. друг от друга. Играющие делятся на две команды, выбирают капитанов. Команды становятся в колонны по одному у линии напротив флажков.

По жребию определяют команду «джигитов» и команду «гонцов». Капитан команды «джигитов» получает полотенце. По установленному сигналу первые игроки команд бегут к своему флажку. Задача «джигита» - бросать у флажка полотенце, обогнуть его и вернуться обратно. Задача «гонцов» - добежав до флажка, взять полотенце и на обратном пути догнать «джигита» и осалить его полотенцем. Если это удастся, он считается победителем, в противном случае, побеждает «джигит».

«Гонец», не догнав «джигита», не сбавляя скорости, передает полотенце товарищу по команде, догоняющему следующего «джигита». Игру проводят 2 раза, меняясь местами. Выигрывает команда, у которой больше победителей.

Правила игры: 1. Игроки обходят флажок с правой стороны.

2. Очередным игрокам не разрешается преждевременно выходить за линию. Они выбегают только тогда, когда предыдущий игрок коснется рукой или полотенцем следующего.

Национальные игры - это память народа, сохраняющий духовный опыт народ, педагогические воззрения, связывающая прошлое и настоящее. Они доступны и выразительны, с помощью игр человек начинает мыслить, расширяется кругозор, стимулирует переход с детского возраста, к старшему.