

В.М. Наренко, Т.Т. Годимов, Д.О. Курова, К.А. Калустьянц

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ



Владикавказ 2017



Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Северо-Осетинский государственный университет
имени Коста Левановича Хетагурова»

В.И. Ларионов, Г.Т. Годжиев, Д.О. Кусова, К.А. Калустьянц

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Учебно-методическое пособие
для студентов факультетов физической культуры и спорта,
физического воспитания и преподавателей
общеобразовательных учреждений

Владикавказ 2017

ББК 75.4

Дарионов В.И., Годжиев Г.Т., Кусова Д.О., Калустьянц К.А.
Национальные подвижные игры: учебно-методическое пособие.
— Владикавказ: СОГУ им. К.Л. Хетагурова; ИПЦ ИП Цопанова А.Ю., 2015. — 68 с.

Рецензент — Тхазеппов Аниуар Мухажидович, доцент, кандидат педагогических наук, декан факультета физической культуры и спорта Кабардино-Балкарского государственного университета

Данное пособие дает определённый курс знаний о национальных подвижных играх народов Российской Федерации с целью практического применения этих знаний на уроках физической культуры, во внеурочное время, а также для организации и проведения соревнований по национальным видам спорта.

В результате изучения учебно-методического пособия студенты могут освоить принципы и методы физического воспитания различных контингентов населения, содержание, формы, методы и планирования учебно-воспитательной работы в дошкольных и младших школьных коллективах, закономерности физического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды. Планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; подбирать разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья занимающихся

ББК 75.4

Дарионов В.И., Годжиев Г.Т., Кусова Д.О.,
Калустьянц К.А., 2017

Введение

Подвижные игры являются одним из самых массовых и доступных средств физического воспитания детей, начиная с самого раннего возраста.

Игра есть первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности. В играх дети отражают накопленный опыт, углубляют, закрепляют свое представление об изображаемых событиях в жизни. Ребенок, как и взрослый, познает мир в процессе деятельности. Занятия подвижными играми обогащают участников новыми ощущениями, представлениями и понятиями. Игра расширяет круг представлений, развивает наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В подвижных играх развиваются способности правильно оценивать пространственное и временное отношение, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры. Подвижные игры являются одним из эффективных средств, помогающих снять нервное напряжение и вызвать положительные эмоции.

Цель изучения дисциплины – дать определённый курс знаний о подвижных играх народов Российской Федерации с целью практического применения этих знаний на уроках физической культуры, во внеурочное время, а также для организации и проведения соревнований по национальным видам спорта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- особенности современного этапа развития образования в мире;
- способы профессионального самопознания и саморазвития;
- принципы и методы физического воспитания различных континентов населения, основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- содержание, формы и методы и планирования учебно-тренировочной работы, соревновательной и воспитательной деятельности в коллективах;
- анатомическое строение и функции органов и систем организма человека, закономерности физического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды;
- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;

- основы медицинских знаний;
- условия формирования личности, ее свободы, ответственность за сохранение жизни, природы, культуры, понимать роль насилия и ненасилия в истории и человеческом поведении;
- этические и правовые нормы, регулирующие отношение человека к человеку, обществу, окружающей среде.

Уметь:

- системно анализировать информацию;
- использовать теоретические знания для генерации новых идей;
- планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;
- подбирать разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья занимающихся;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования;
- оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- умеет учитывать этические и правовые нормы при разработке экологических и социальных проектов.

Владеть:

- способами ориентирования в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и т.д.);
- методами и средствами проведения методической работы в области физической культуры и спорта;
- важнейшие методы профилактики травматизма, оказания первой медицинской помощи;
- методами и средствами воспитывать у обучающихся социально-личностные качества: целеустремленность, организованность, трудолюбие, ответственность, гражданственность, коммуникативность.

Тема 1. Происхождение, развитие и социальная сущность игр

Прежде всего игра – это исторически сложившееся общественное явление, особый вид деятельности человека. Игровая деятельность очень многообразна. Это детские игры (игры с игрушками или предметами), хороводы, подвижные игры, спортивные игры.

В процессе игры, играющие познают окружающий мир, игры могут быть использованы как развлечение, отдых и, наконец, как средство физического воспитания и подготовки к занятиям определенными видами спорта.

Игровая деятельность имеет очень много общего с трудом. А. С. Макаренко говорил: «Между игрой и работой нет такой большой разницы, как многие думают. Хорошая игра похожа на хорошую работу, плохая игра — на плохую работу».

Хотя в процессе игры человек не создает материальных ценностей для удовлетворения жизненно необходимых потребностей, однако не менее важно то, что в процессе игр и физических упражнений у человека воспитываются такие жизненно необходимые двигательные качества, без которых человеку очень трудно в жизни, труде и боевой обстановке. Игра включает в себя разнообразные двигательные действия, высокую эмоциональность, поэтому она представляет большую ценность как средство воспитания детей и подростков. Из всех видов игр для детей наиболее ценны подвижные игры, основу которых составляют народные игры. Характерная особенность подвижных игр любого народа — ярко выраженная роль движений в содержании игры (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание, равновесие, преодоление различных препятствий, перетягивание, переноска тяжестей, применение силы, ловкости, находчивости и другие).

Ценность народных игр заключается в том, что от участников не требуется специальной подготовки, однако некоторые национальные игры настолько сложны, что требуется хорошая физическая подготовка, быть физически развитым и владеть безукоризненно своим телом (игры со скачками, джигитовка, стрельба на скаку и др.).

Учитывая огромное значение игры в воспитании человека, ученые и педагоги многих стран занимались изучением, происхождением и развитием игр. Существовали различные теории происхождения игр. Бюхер, Спенсер, Калоцца, Гросс и другие считали, что игра появилась раньше труда, они рассматривали игру с идеалистических позиций, оценивали игру преимущественно с биологической точки зрения, сопоставляя игру человека и животного, механически перенося природу игры животного на социальный характер игры человека и т.д. Все эти теории оказались несостоятельными. Только диалектический метод дал возможность глубоко научно и всесторонне объяснить сущность и происхождение игр, рассматривая игру прежде всего, как одно из исторически сложившихся общественных явлений. Труд человека является естественно — научной основой возникновения и развития игры.

Г.В. Плеханов одним из первых сделал попытку материалистически обосновать происхождение игры. В своем труде «Письма без

адреса он посредством убедительных примеров доказал, что труд старше игры.

Лучшие представители революционно-демократической России Чернышевский и Добролюбов, рассматривая все жизненные явления с материалистической точки зрения, считали игру одним из действенных средств нравственного, физического и умственного воспитания. Наиболее ценным средством в этом отношении они считали народные игры и развлечения. Об использовании игр, и в особенности народных, как о средстве физического воспитания детей, мы расскажем в следующем разделе.

Правильное понимание теории происхождения игр и их развития способствует правильной организации педагогического процесса, правильному и всестороннему воздействию на организм занимающихся. Одной из актуальных задач педагогики и теории физического воспитания является четкое овладение теорией происхождения и развития игры. Она вооружает, обогащает педагога пониманием того, что игра в своей основе является отражением реального мира, в процессе игры дети познают мир. Этот важный момент игровой деятельности дает возможность педагогу поднять игру на ту высоту, на которой она будет отвечать современным задачам по «воспитанию детей».

Исследования современных ученых и педагогов помогают расширить понимание социальной сущности игры, ее функциональных свойств как целостного явления, свободного проявления творческой активности личности. Они считают, что игра является структурной моделью поведения ребенка, с помощью которой он осваивает окружающую его действительность и готовится к ее преобразованию.

В истории физической культуры нашей страны особое место занимают национальные игры. В них отражаются все характерные черты народа. Создателем хранителем народных форм физической культуры, как правило, всегда выступал народ.

Игра на протяжении всей истории человеческого общества отражала различные стороны жизни, труда и быта человека.

В период первобытнообщинного строя игры были элементарны, сходны и родственны трудовым движениям. С развитием общества, по мере совершенствования орудий труда, игры становились все сложнее и разнообразнее по своему характеру, а форма и содержание игр менялись с изменением условий материальной жизни общества. В физическом воспитании народов населявших ее необъятные просторы, национальные игры занимали особое место и своими корнями уходят в далекое прошлое.

Этнографы, описывая народные праздники, наряду с песнями музыкой и хороводами обязательно отмечают спортивные состязания,

игры и развлечения как составную часть каждого торжества. Посредством игр у молодежи воспитывались и развивались физическая сила, ловкость, меткость, скорость, гибкость, умение ездить верхом, владеть оружием и ряд других качеств, необходимых в бою хозяйственной жизни народа.

Национальные игры народов нашей страны имеют важное значение как средство воспитания детей, их следует изучить, опробовать и широко использовать на уроках физкультуры, во внеурочное время, в оздоровительных лагерях и на детских площадках, а также в работе домоуправлений. Включение отдельных национальных игр в программу физического воспитания учащихся значительно оживит уроки по физкультуре, повысит интерес учащихся к занятиям. Это во многом обогатит и средства физического воспитания детей. Все это имеет также огромное культурное и воспитательное значение, ибо в содержание национальных игр включены различные этапы жизни трудовой и боевой деятельности народа. Народ является создателем подлинной культуры и искусства, а физическая культура является частью общей культуры народа. Через игры дети лучше и глубже будут познавать этнографию, труд, быт своего народа.

Особенно важно правильно отобрать игры, которые бы отражали положительные национальные черты народа.

Сегодня мы все чаще обращаемся к опыту наших предков, к истокам народного образования и воспитания, поскольку именно там мы находим ответы на многие трудные вопросы сегодняшнего дня.

Предпочтение в процессе поиска новых средств и методов организации воспитания отдается тем из них, которые интегральны, многофункциональны по своему характеру, способствуют самореализации, самовыражению личности, интересны детям, органически вписываются в современные учебно-воспитательные системы.

Нормы и правила воспитания, выработанные народной «педагогикой», проверены временем. В них сосредоточена веками народная мудрость формировавшаяся, вобравшая в себя общечеловеческие ценности.

Одним из таких средств воспитания являются народные игры, представляющие — уникальный феномен общечеловеческой культуры, поскольку у каждого века, у каждой эпохи, у каждого конкретного этноса, у любого поколения есть свои любимые игры.

Народные подвижные игры являясь традиционным средством педагогики, ярко отражают образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои и традиции, в то же время были отличительными средствами развития смелости, мужества, силы, ловкости, выносливости, быстроты.

Народные подвижные игры, выполняя различные функции — раз-

вивающую, познавательную, развлекательную, служат средством приобщения детей к народной культуре.

Современная педагогическая наука при помощи народных подвижных игр позволяет создать условия, благодаря которым успешно развиваются показатели психофизического и умственного развития детей и подростков.

Тема 2. Классификация современных и национальных подвижных игр

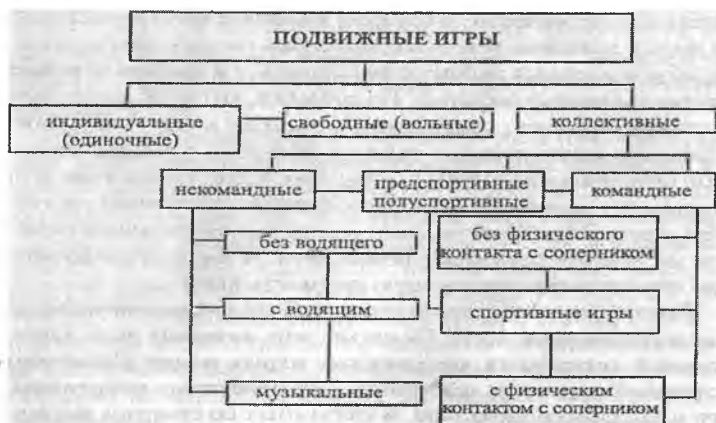
Подвижная игра характеризуется таким проявлением двигательной активности, в которой наиболее ярко представлена роль и значение телесных движений творческого характера, обусловленных рядом развивающихся и последовательно взаимосвязанных событий. Тех событий, которые, как сюжет, составляют смысл, содержание и основу игры – как своеобразного коллективного телесно-двигательного произведения, обусловленного темой, смыслом, идей. Подвижная игра в основном основывается на преодолении различных трудностей, препятствий, специально созданных задуманным сюжетом на пути достижения игровой цели. И именно это во многом определяет развивающую сущность игры.

Подвижные игры подразделяются на *собственно подвижные* и *спортивные* игры. Понятно, что название вида двигательной активности «подвижные игры» носит достаточно условный характер, поскольку для известных спортивных игр и массового характера, и связанных со спортом высших достижений характерна высокая двигательная активность, но они отличаются от подвижных игр и целевой установкой, и решаемыми задачами.

Элементарные, массовые подвижные игры направлены на осознанную инициативную деятельность, на достижение обусловленной содержанием игры цели, которая определяется или правилами игры, или самими играющими.

В практике современного физического воспитания осуществляются индивидуальные, коллективные подвижные игры, а также игры, формирующие элементарные основы однотипной спортивной игры, подводящие к спортивной деятельности, сопряженной с достижением результатов личного или общественного характера.

Системное представление о многообразии подвижных игр дает их классификация, которая позволяет не только упорядочить существующие представления об этом виде двигательной активности, но и при желании специалиста их уточнить и расширить, особенно под влиянием собственного педагогического опыта.



Индивидуальные, одиночные подвижные игры создаются, организируются и ведутся одним ребенком. В этом случае ребенок может сам определять смысл и содержание игры, временные правила для самого себя, которые может видоизменять по ходу игры, ради более эффективного достижения цели, обусловленной собственным смыслом игровых действий. Эта разновидность игры свойственна детям преимущественно младшего дошкольного возраста, а также детям, ограниченным в коллективном общении по тем или иным причинам.

Дети младшего, дошкольного и реже младшего школьного возраста предпочитают так называемые свободные, или *вольные игры*. Они заключаются в том, что дети сами спонтанно придумывают игру, с обязательным наличием цели и ее достижением. Такие игры носят преимущественно сюжетный характер, с распределением ролей в соответствии с сюжетом и часто применяются педагогами для расширения психологических задач, включая реабилитационные. В этой связи такие игры носят название ролевых.

Коллективные подвижные игры называются так по признаку одновременного участия в игре определенного количества играющих. Эта разновидность игр наиболее популярна среди детей и отличается большим многообразием. Коллективные игры подразделяются на *командные* и *некомандные*.

Некомандные игры проводятся с водящим и без водящего участника. По функциональному признаку для некомандных игр без водящих характерно индивидуальное соперничество играющих за свое, обусловленное правилами место на игровой площадке или в построении играющих, а также индивидуальное проявление соблюдения порядка в коллективных действиях. Особенностью некомандных игр с водящим является по ролевым функциям игроков противоборство

с водящими и противодействие игроков одной команды водящим из другой путем взаимодействия с партнерами по команде или при их поддержке и непосредственной физической помощи.

Командные игры подразделяются на игры, в ходе которых участники в соответствии с содержанием игры и правилами *не вступают в физический контакт* с соперником, и на игры с *наличием физического противоборствующего контакта* игроков-соперников в процессе игровых действий. В *играх без физического контакта* соперников по функциональному признаку игроков не существует: проявление единоборства за свою команду; проявление борьбы за свою команду путем взаимоподдержки и физической взаимопомощи игроков одной команды.

Подвижные игры с контактным взаимодействием игроков противоборствующих команд по функциям играющих подразделяются: на индивидуальное единоборство за свою команду; борьбу за интересы своей команды, но при совокупности всех единоборных действий, поддержке партнеров по команде и их физической помощи.

Ряд командных игр имеют ярко выраженный **предспортивный**, или **полуспортивный** характер, в содержание которых вносятся простые элементы, приемы определенных спортивных игр, не требующие специально направленной технической подготовки и подготовленности игроков. Эти игры характерны распределением среди участвующих игровых функций, амплуа. Полуспортивные игры проводятся по специальным правилам и стимулируют игроков на проявления элементарной технической и физической подготовленности.

Некомандные и командные подвижные игры характеризуются рядом обобщенных для этих групп игр типичных двигательных действий:

- выполнением ритмических движений — проявлением творчества, а также подражания животным в их специфических движениях;
- перебежками на короткие дистанции с проявлением скорости перемещения и ловкости;
- скоростного действия выражено-координированного характера с различными инвентарными предметами;
- прыжками, связанными с преодолением препятствий, силовым сопротивлением;
- проявлением ранее сформированных двигательных навыков, основанных на умении ориентироваться в пространстве, улавливании и различении звуков и наблюдательности.

Подвижные игры с водящим и без водящего проводятся играющими разных возрастных групп, однако вариант игры с водящим целесообразно применять в соответствии с возрастными двигательными возможностями детей, без чрезмерного усложнения содержания и правил игры.

В *музыкальных подвижных играх* применяются преимущественно два варианта музыки. Первый основан на музыкальном оформлении сюжетной стороны подвижной игры, например жанра сказки. В этом случае от преподавателя требуется проявление элементарной музыкальной подготовленности, по возможности – привлечения к созданию игровой двигательной композиции специалистов – музыкантов. Второй вариант основан на применении музыки в игре как музыкального фона для двигательного содержания игры с целью повышения ее эмоциональности. Причем этот фон может быть или нейтральным по характеру, или определять темпо-ритмовую картину развития игры. Во всех вариантах применения музыки в процессе подвижной игры от преподавателя требуется проявление профессионального творчества и желание доставить детям эстетическое наслаждение.

Подвижные игры с физическим контактом с соперником подразделяются на игры, где контакт носит опосредованный характер, например, в перетягивании каната, или случайный, который трудно избежать, не нарушая содержание игры и ее сущность. При подборе игр или при спонтанном определении их содержания рекомендуется избегать игр с потенциально травмоопасным содержанием, где целенаправленный физический контакт играющих может привести к нежелательным и опасным последствиям для их здоровья.

Тема 3. Значение народных подвижных игр для детей дошкольного возраста

Бытовавшие в народе подвижные игры возникали свободно, продолжительность их не была регламентирована; элементарные правила между играющими, требования к выполнению двигательных заданий складывались по общему уговору участников игры, которые всякий раз сами устанавливали, где и как будут играть, куда можно убегать, сколько человек надо поймать водящему, как можно выручать пойманных и т. п.

С развитием педагогической мысли происходил отбор наиболее целесообразных в воспитательном отношении игр, определилось их содержание, формулировались правила и создавались новые игры.

Передовые русские ученые П. Ф. Лесгафт, Е. А. Покровский, В. В. Гориневский, учитывая важную роль народных подвижных игр в развитии физических качеств ребенка, в приобретении им определенных навыков, уделяли много внимания сбору и изучению таких игр. Они разъясняли их значение для физического развития детей и пропагандировали практическое внедрение их в систему воспитания подрастающего поколения. В дальнейшем эти прогрессивные идеи нашли свое отражение в трудах ученых, разрабатывавших вопросы теории и методики подвижных игр в разных звеньях системы физического воспитания.

Подвижные игры разнообразны по своему содержанию и организации. Одни игры имеют сюжет, роли и правила, тесно связанные с сюжетом; игровые действия в них производятся в соответствии с требованиями, заданной ролью и

правилами. В других играх сюжет и роли отсутствуют, предложены только двигательные задания, регулируемые правилами, которые определяют последовательность, быстроту и ловкость их выполнения. В-третьих, сюжет, действия играющих обусловлены текстом, определяющим характер движений и их последовательность.

При отборе игр, способствующих физическому воспитанию детей дошкольного возраста, целесообразно ориентироваться на особенности их содержания, под которыми понимается, прежде всего, сюжет, тема игры, ее правила и двигательные действия. Именно содержание игры определяет ее образовательную и воспитательную значимость, игровые действия детей; от содержания зависит своеобразие организации и характер выполнения двигательных заданий.

Все игры для детей дошкольного возраста, построенные на движении, можно разделить на две большие группы: сюжетные и бессюжетные игры, игры-забавы. Первую группу составляют игры, разные по содержанию, по организации детей, сложности правил и своеобразием двигательных заданий. В младших группах детского сада наибольшее применение имеют сюжетные подвижные игры, а также простейшие игры без сюжета типа ловишек и игры – забавы.

Сюжетные народные подвижные игры

Игры этого вида строятся на основе опыта детей, имеющихся у них представлений и знаний об окружающей жизни, явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц.

Некоторые особенности поведения животных (хитрость лисы, повадки хищников – волка, щуки, быстрота движений зайцев, птиц, заботливость наседки и т. п.), служат основой для развертывания сюжета и установления правил игры.

Сюжет игры и правила обуславливают характер движений играющих. В одном случае малыши, подражая лошадкам, бегают, высоко поднимая колени, в другом – прыгают, как зайчики, и т. д. В сюжетных играх, таким образом, выполняемые движения носят в основном имитационный характер.

Дети начинают, прекращают или изменяют движения в соответствии с правилами игры, которые обычно тесно связаны с сюжетом и определяют поведение и взаимоотношения играющих.

Одной из особенностей народных подвижных игр с сюжетами является возможность воздействия на детей через образы, роли, кото-

рые они выполняют, через правила, подчинение которым обязательно для всех.

Сюжетные народные подвижные игры преимущественно коллективные, количество играющих может быть различным (от 5 до 25), и это позволяет широко использовать игры в разных условиях и с разными целями.

В сюжетных играх обычно основная масса детей изображает, например, птичек, зайчиков, а один ребенок или воспитатель становится исполнителем ответственной роли — волка, лисы, кота. Действия детей тесно взаимосвязаны. Так, активность ребенка, исполняющего роль волка, побуждает и остальных участников игры — зайцев — двигаться быстрее, энергичнее. Это и составляет игровые действия детей. Однако каждый ребенок, играя, проявляет самостоятельность, инициативу, быстроту и ловкость в меру своих возможностей.

Поскольку в играх этой группы действует, подчиняясь правилам, коллектив детей, это во многом определяет их поведение и взаимоотношения. Малыши приучаются к согласованным коллективным действиям в определенных условиях, учатся изменять способ и характер движений по сигналам и в соответствии с правилами. Например: птички быстро улетают в свои гнездышки, как только пойдет дождик, и т. п.

Сюжетные подвижные игры имеют широкое применение во всех возрастных группах детского сада. Однако в младшем дошкольном возрасте особенно популярны.

Игры проводятся под непосредственным руководством взрослого, что создает благоприятные условия для педагогического воздействия на детей.

В сюжетных народных подвижных играх дети очень непосредственны, перевоплощаясь в персонажей игры, увлекаясь ею, они многократно повторяют такие движения, как ходьба, бег, прыжки (подпрыгивания на месте и с продвижением вперед, спрыгивания с невысоких предметов, перепрыгивания через шнур, линию, маленький кубик), ползание, подлезания. Эти виды движений чаще всего входят в содержание игр малышей, на них основаны игровые действия, необходимые для решения игровых задач.

Меньшие возможности в сюжетных народных подвижных играх имеются для упражнений детей младшего дошкольного возраста в таких движениях, как бросание и ловля мяча, прокатывание мячей, шаров в определенном направлении и в цель, лазанье по гимнастическим лестницам. Младшие дошкольники еще слабо владеют этими движениями, поэтому игровые ситуации не только создают выгодные условия для их выполнения, а, наоборот, еще больше затрудняют детей. Следовательно, обучение малышей этим движениям наиболее целесообразно проводить в форме упражнений.

Построение игр для малышей имеет свои особенности. Так, выполнение более сложных движений в них должно происходить в спокойной обстановке, когда внимание детей не отвлекают никакие дополнительные сигналы. Тогда малыши действуют спокойно и могут выполнить движение без излишней торопливости, например: зайцы скачут на лужайке, когда волка нет; мышки бегают легко, пока кот спит. Подача сигнала к смене действий, появление ловящего являются сильными раздражителями, отвлекающими внимание детей от качества выполнения движений. В этом случае от детей и не следует требовать точного воспроизведения движения изображаемого ими персонажа.

В наиболее выгодных для выполнения движений, условиях, складывающихся в процессе игры, можно привлечь внимание ребенка к правильному их выполнению. Для показа, пояснения, использования образов, которым дети подражают, и предъявить уже определенные требования к их воспроизведению. В других условиях дети просто убегают и на точность движений в таких случаях мало обращают внимания.

Бессюжетные народные подвижные игры

Бессюжетные народные подвижные игры очень близки к сюжетным – в них лишь нет образов, которым дети подражают, все остальные компоненты те же: наличие правил, ответственных ролей (ловяшек, салок), взаимосвязанные игровые действия всех участников.

Следует учесть, что бессюжетные игры требуют от детей большей самостоятельности, быстроты и ловкости движений, ориентировки в пространстве, чем сюжетные. Это объясняется тем, что игровые действия в них связаны не с разыгрыванием сюжета, где возможно сочетание разных движений и их чередование, а с выполнением конкретного двигательного задания. Условия выполнения такого задания определяются правилами. Поскольку правила требуют от участников довольно быстрых и ловких действий, наибольшее распространение бессюжетные игры имеют в среднем и старшем дошкольном возрасте, с малышами могут быть проведены лишь самые элементарные формы игр.

В основе таких игр лежит выполнение определенных двигательных заданий в соответствии с простейшими правилами.

Первыми бессюжетными играми для детей 2-3 лет являются такие игры, как «Догоните меня», «Догоню». В них предлагается детям задание двигаться в одном направлении за воспитателем или от него в заранее намеченное место – «домики», где педагог не должен их ловить. Каждый ребенок, выполняя задание самостоятельно, в то же время действует совместно с другими детьми. Постепенно игры ус-

ложняются. Как только малыши научатся ходить, бегать подгруппами и всей группой в одну сторону, воспитатель во время игры может менять направление, способствуя формированию навыков движений, умению ориентироваться в пространстве.

Затем вводятся игры, в которых есть более сложные задания на внимание, на ориентировку в пространстве. Так, например, дети должны двигаться туда, где расположен флажок, соответствующий цвету флажка в руках у ребенка, или туда, где звенят колокольчик. Такие игры требуют от детей знания основных цветов, определения па слух места, откуда раздается звук, и в соответствии с этим умения регулировать свои действия.

Дети младшего дошкольного возраста движениями владеют слабо, поэтому необходимо широко использовать в играх упражнения, например: «Прокати мяч», «Попади в воротца», «Подбрось повыше» и др. Упражняясь в этих движениях, дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мячами, шарами, кольцами), у них развивается глазомер, координация движений, ловкость. Участвуя в таких играх, малыши приобретают много полезных навыков.

Несмотря на то, что бессюжетные народные игры используются в работе с малышами не так широко, как сюжетные, дети участвуют в них с большим удовольствием. Это объясняется тем, что в таких играх воспитатель является активным участником. Он показывает детям, как надо выполнить те или иные задания, сам выполняет ответственную роль, направляет весь ход игры, эмоционально настраивает детей, помогая им в выполнении разных движений.

Тема 4. Методика проведения народных подвижных игр в детских образовательных учреждениях

Подбор игр

Народные подвижные игры должны обеспечить разностороннее развитие моторной сферы детей, а также способствовать формированию их умений действовать в коллективе, ориентироваться в пространстве, выполнять действия в соответствии с правилами или текстом игры. Поэтому надо использовать народные подвижные игры не только разнообразные по содержанию, но и по организации детей, по сложности согласования движений.

Содержание игр должно соответствовать уровню развития и подготовленности играющих, быть доступным и интересным для них. Трудность подвижных игр для детей от 2 до 4 лет неодинакова, она зависит от насыщенности их различными моторными действиями. Поэтому следует так подбирать игры, чтобы двигательные задания

в них, даже основанные на одном и том же движении, усложнялись постепенно. Предположим, детей упражняют в равновесии (русская народная игра «По ровненькой дорожке»). Детям предлагают ходить, сохраняя равновесие, между двумя линиями (по дорожке), затем по доске, лежащей на полу, по скамье, по наклонной доске, по доске, приподнятой горизонтально, по узкой рейке скамьи и т. д. Усложнить задание можно и изменяя характер движений – пройти быстро, пробежать, пройти на носочках бесшумно, приняв определенное положение рук (в стороны, за голову), и т. п. Такая система игровых упражнений постепенно подводит детей к правильному выполнению основных движений, обеспечивает повторение и закрепление усвоенных ранее навыков и умений.

Первое требование, которым надо руководствоваться при отборе подвижных игр, – соответствие содержания игровых действий, правил возрастным особенностям детей, их представлениям, умениям, навыкам, знаниям об окружающем мире, их возможностям в познании нового.

Надо стремиться к тому, чтобы игровые образы были понятны и интересны детям. Важно, чтобы движения персонажей игр были разнообразны, но доступны для исполнения маленьким детям.

В работе с малышами рекомендуется использовать и игры с небольшим художественным текстом, который подсказывает детям движения и заменяет в игре правила («Зайка беленький сидит», «По ровненькой дорожке», и др.).

Очень важно иметь в виду, что разнообразие двигательных заданий обеспечивается не только тем, что в каждой игре используется новое по характеру движение, но и тем, что в нескольких играх одно и то же движение выполняется при разном построении и в разных ситуациях. В одной игре дается ходьба группой, в другой – ходьба по кругу, взявшись за руки, в третьей игре детей приучают ходить парами или врассыпную. Так же можно разнообразить и бег. Дети могут бегать в одном направлении, врассыпную, убежать от ловящего на свои места и т. п. Выполнение движений в разных игровых ситуациях имеет большое значение для развития координации движений малышей, ориентировки их в пространстве, а также способствует воспитанию их активности и самостоятельности.

Педагогический эффект народной подвижной игры во многом зависит от соответствия ее определенной воспитательной задаче. В зависимости от того, какие навыки и умения воспитатель стремится развивать у детей в данный момент, он выбирает игры, помогающие развитию именно этих навыков.

Подбирая игры, воспитатель должен учитывать состав группы детей. В разных детских учреждениях он может быть различным. Часть детей в начале года впервые приходит в детский сад. У таких детей

еще нет навыка совместных действий в группе сверстников, некоторые долго не могут привыкнуть к режиму. По своему двигательному опыту эти дети отличаются от детей, ранее посещавших ясельные группы. Поэтому в начале года надо организовывать игровые упражнения для небольшого числа детей также подвижные игры, более простые по содержанию и не требующие четкого согласования движений играющих. Следует учитывать и общее состояние группы.

При выборе игры нужно учитывать, в какое время дня она проводится. Подвижные игры разного характера следует сочетать с играми и занятиями, которые имеют место в режиме дня.

Время проведения народных подвижных игр

Подвижные игры проводятся с малышами ежедневно. В утренние часы, до завтрака, целесообразно дать детям возможность поиграть самостоятельно. Для этого нужно вынести различные игрушки, помочь малышам найти себе занятие, подбадриванием, шуткой способствовать созданию у них бодрого, радостного настроения.

Воспитатель может провести игры с несложными заданиями, простые игры спокойного характера с небольшими группами детей или с некоторыми детьми индивидуально. Народная подвижная игра, организованная со всей группой детей, может заменить утреннюю гимнастику. Такая игровая форма проведения утренней гимнастики может быть использована в начале года и в первой, и во второй младших группах, когда в коллективе много новых детей. Игра привлекает их своей эмоциональностью, возможностью активно действовать, выполнять движения в меру своих способностей. Нецелесообразна активная двигательная деятельность и сразу после завтрака.

Наиболее полезны и целесообразны подвижные игры на свежем воздухе, во время прогулки. Лишь в ненастную погоду (сильный дождь, ветер, холод) игры надо организовывать в помещении, но при этом желательно использовать зал, так как в групповых комнатах не всегда возможно полноценно провести подвижную игру с большим количеством детей.

На утренней прогулке после занятий проводятся разные по характеру подвижные игры, однако их количество и длительность в отдельные дни недели не одинаковы.

Не исключаются подвижные игры и в дни, когда есть музыкальные и физкультурные занятия.

В режиме дня подвижные игры могут быть организованы как со всей группой, так и по подгруппам.

Для обеспечения достаточной двигательной активности детей в режиме дня программа по физической культуре предусматривает определенную длительность не только физкультурных занятий, но и

ежедневных подвижных игр на прогулках (как на утренней, так и на вечерней).

Для детей третьего года жизни в дни, когда проводятся физкультурные занятия, длительность подвижных игр может быть 6-8 мин. В другие дни (без физкультурных занятий) следует проводить подвижные игры в сочетании с различными физическими упражнениями. Их общая длительность может достигать до 10-15 мин.

С детьми четвертого года длительность подвижных игр и физических упражнений на прогулке в дни физкультурных занятий составляет 6-10 мин. В остальные дни, когда занятия по физической культуре не проводятся, время для проведения подвижных игр увеличивается до 15-20 мин.

Значительные затруднения вызывает проведение народных подвижных игр с малышами на участке в зимнее время, ранней весной и поздней осенью.

Поскольку в зимнее время многие игры не могут быть проведены на участке с достаточной эффективностью, необходимо во второй половине дня, в свободное от занятий время, иногда проводить подвижные игры в помещении – в групповой комнате.

На участке же зимой следует уделить больше внимания созданию условий для самостоятельной двигательной деятельности детей. Для этого нужно расчистить достаточно просторную площадку – сделать постройки из снега (снежные валы, невысокие горки, лабиринты), а также обеспечить детей игрушками и пособиями, которые будут способствовать активизации их деятельности.

В занятии физической культурой для младших дошкольников могут быть включены дни игры.

Методика проведения народных подвижных игр в младших классах

Ребенок, приступивший к учебе, вынужден ежедневно проводить за столом около четырех часов в школе и до полутора часов – дома. Однако в свободное от учения время дети этого возраста еще много играют. Они владеют всеми видами естественных движений, хотя еще недостаточно совершенно, поэтому игры, связанные с бегом, прыжками, метанием, им интересны. Кроме того, все эти движения лучше всего развиваются в играх. При проведении подвижных игр среди учащихся младших классов надо учитывать анатомо-физиологические особенности детей этого возраста, относительную подверженность их организма различным влияниям окружающей среды и быструю утомляемость. Скелет младшего школьника еще продолжает формироваться. Значительная прослойка хрящевой ткани обуславливает большую гибкость костей, особенно позвоночника. Мускулатура относительно слаба (в

частности, мышцы спины и брюшного пресса). Прочность опорного аппарата также еще невелика. Поэтому большое значение приобретают подвижные игры с разнообразными движениями, без длительных мышечных напряжений.

Сердечно-сосудистая система учащихся младших классов отличается большой жизнеспособностью; сосуды достаточно широкие, а стенки сосудов эластичные, что создает благоприятные условия для работы сердечной мышцы. Но функции нервной системы, регулирующей работу сердца, еще недостаточно развиты (легкая возбудимость сердца).

Дети этого возраста проявляют большую двигательную активность в играх, особенно в тех случаях, когда прыжки, бег и другие действия, требующие большой затраты сил и энергии, перемежаются хотя бы кратковременными перерывами, активным отдыхом. Однако они довольно быстро устают, особенно при выполнении однообразных действий.

Функция внимания у младших школьников еще недостаточно развита, они часто бывают рассеянными, переключаются с одного предмета на другой. В связи с этим им желательно предлагать короткие по времени подвижные игры, в которых большая подвижность чередуется с кратковременными передышками. Простота и немногочисленность правил игры обуславливаются недостаточной устойчивостью внимания.

Учащиеся этого возраста активны, самостоятельны, любознательны, стремятся незамедлительно и одновременно включаться в проводимые игры, а во время игры стараются в сравнительно короткий срок добиваться заданных целей; им еще не хватает выдержанности и упорства. Их настроение часто меняется. Они легко расстраиваются при неудачах в игре, но, увлекшись ею, вскоре забывают о своих обидах.

Правила игры руководитель должен излагать кратко, поскольку дети стремятся как можно быстрее воспроизвести все изложенное в действиях. Хорошо, если руководитель расскажет об игре в форме сказки, это способствует лучшему усвоению игры.

Выбор водящего должен способствовать развитию у детей способности правильно оценивать свои силы и силы товарищей. Рекомендуется чаще сменять водящего, чтобы как можно больше детей побывало в этой роли.

Сигналы в играх для детей младших классов лучше подавать не свистком, а словесными командами, что способствует развитию второй сигнальной системы, еще очень несовершенной в этом возрасте. Хороши также речитативы. Произносимые хором рифмованные слова развивают у детей речь и вместе с тем позволяют им подготовиться к выполнению действия на последнем слове речитатива.

Дети этого возраста очень ранимы, поэтому не рекомендуется вы-

водить их из игры за ошибки. Если же по содержанию игра требует временного вывода проигравших, то надо определить место для вышедших и удалять их очень ненадолго. К нарушениям в игре, несоблюдению правил руководитель должен относиться терпимо, помня, что это происходит в основном из-за неопытности, неумения играть в коллективные игры и недостаточного общего физического развития детей.

Стремление детей к выдумке, творчеству реализуется в подвижных играх, которые зачастую имеют сюжетно-образный характер, что способствует расширению кругозора младших школьников и значительно расширяют способности овладению навыками чтения, письма. Примером сюжетных игр могут быть «Совушка», «Два Мороза», «Караси и щука». Для детей этого возраста очень привлекательными могут быть игры с элементами таинственности, неожиданности.

В первом классе в начале учебного года нежелательно проводить командные игры. Постепенно, с приобретением двигательного опыта и с повышением у детей интереса к коллективной деятельности, можно включать в урок игры с элементами соревнования в парах (в беге, гонке обручей, прыганье через скакалку, в катании мяча). В дальнейшем следует разделять детей на несколько групп и проводить с ними соревновательные игры типа эстафет с простыми заданиями.

Преимущественное место занимают игры с короткими перебежками врассыпную, по прямой, по кругу, с изменением направлений, игры с бегом типа «догоняй – убегай» и с увертыванием; игры с подпрыгиванием на одной или двух ногах, с прыжками через условные препятствия (начерченный «ров») и через предметы (невысокую скамейку); игры с передачей, бросанием, ловлей и метанием на дальность и в цель мячей, шишек, камешков, игры с разнообразными движениями подражательного или творческого характера.

Для проведения большинства игр в младших классах руководителю необходим яркий, красочный инвентарь, поскольку у детей зрительный рецептор развит еще слабо, а внимание рассеяно. Инвентарь должен быть легким, удобным по объему, соответствовать физическим возможностям детей. Так, набивные мячи весом до 1 кг можно использовать лишь для перекачивания и передач, но не для бросков, а для игр лучше использовать волейбольные мячи, флажки, скакалки, обручи, бумажные колпаки и другой рекомендуемый инвентарь.

Подготовка к проведению игры

Подготовка к проведению игры особенно важна в тех случаях, когда игра предлагается впервые, и педагог не в состоянии предвидеть всех ситуаций, которые могут сложиться в ее ходе.

Выбор игры в первую очередь зависит от общих задач урока, при постановке которых основными критериями являются возрастные осо-

бенности детей, их развитие, физическая подготовленность, количество занимающихся.

При выборе игры необходимо учитывать форму занятий (урок, перемена, праздник, прогулка). Урок и перемена ограничены по времени; задачи и содержание игр на перемене иные, чем на уроке; на празднике используются в основном массовые игры и аттракционы, в которых могут принимать участие дети разного возраста и разной физической подготовленности.

Выбор игры напрямую зависит от места ее проведения. В небольшом узком зале или коридоре проводятся игры с линейным построением, игры, в которых участвуют по очереди. В большом спортивном зале или на площадке хорошо проводить игры с бегом враспынную, с метанием больших и малых мячей, с элементами спортивных игр.

При организации игр на улице надо учитывать состояние погоды (особенно зимой). Если температура воздуха низкая, выбирается игра с активными действиями участников. Нельзя использовать игры, в которых приходится долго стоять, ожидая своей очереди. Малоподвижные игры, в которых участники выполняют игровое задание поочередно, хороши в жаркую погоду.

Руководитель использует игры из программы по физической культуре, сборников, хорошие игры, распространенные среди детей, новые варианты игр, творчески переработанных детьми и руководителем. Последние приобретают новые формы, иногда более эффективные в воспитательном отношении для данного контингента детей.

Перед тем как проводить игру, руководитель должен продумать процесс игры и предусмотреть все возможные ситуации, возникающие по ходу игры. Особенно необходимо предусмотреть и предотвратить возможные нежелательные явления.

Для проведения некоторых игр он заранее выбирает себе помощников, определяет их функции и, если это необходимо, дает им возможность подготовиться (например, в играх на местности). Помощники первыми знакомятся с правилами игры и местом ее проведения.

Руководство игрой

При проведении игры руководителю необходимо продумать и учесть следующие аспекты:

1. Познакомиться с требованиями и правилами игры, в которую дети будут играть. Приготовить все необходимое оборудование и материалы перед ее началом.

2. Учесть уровень развития детей, их таланты, умения и неумения.

3. Предлагать только те игры, которые доступны данной возрастной группе, соответствующие росту детей, их силе, жизненному опыту. Умело выводить участников из игры, которая для них сложна.

4. Избегать сверх энтузиазма (перевозбуждения) у играющих.
 5. Быть готовым к участию в игре в качестве обычного игрока, подчиняться всем правилам, включая и те, которые вроде бы умаляют достоинство взрослого.
 6. Помогать детям, которые не совсем компетентны и не столь координированы, как их сверстники, поручая им задания или предоставляя возможность выполнять упражнения с учетом физической подготовленности.
 7. Объяснять правила каждой игры вовремя и разрешить детям один или большее количество раз потренироваться, перед тем как начнется активная игра.
 8. Давать детям отдых между играми в соответствии с их возрастом и возможностями.
 9. Выбирать игры с учетом возможности их усложнения: начинать с простейших, тренируя, постепенно усложнять их по мере улучшения ловкости детей.
- Прежде чем начать объяснение игры, необходимо разместить участников таким образом, чтобы они хорошо видели руководителя и слышали его рассказ.
- При организации в младших классах игр с речитативом текст или слова, произносимые во время игры, разучиваются заранее.

Объяснение игры

Правильное объяснение игры в значительной мере влияет на ее успех.

Рассказ должен быть кратким, логичным, последовательным, поэтому игру следует объяснять по предложенной схеме:

- 1) название игры (можно сказать, с какой целью игра проводится);
- 2) роли играющих и их расположение на площадке;
- 3) содержание игры;
- 4) цель игры;
- 5) правила игры.

Заканчивается объяснение игры ответами на вопросы играющих. Если содержание игры позволяет использовать метод сочетания показа с рассказом, то его обязательно надо использовать.

Руководитель должен обращать внимание на настроение учащихся: если они отвлекаются, надо сократить объяснение или оживить его.

Выделение водящих

Среди многих организаторов и ведущих игр существует тенденция назначать капитана команды или предоставлять возможность командам делать выбор самим.

Организатора выделяют различными способами.

1. По назначению руководителя. Руководитель назначает водящего, учитывая его роль в игре. Преимущество этого способа состоит в том, что быстро выбирается наиболее подходящий водящий. При назначении водящего руководитель должен кратко объяснить свой выбор, чтобы участники не заподозрили его в пристрастном отношении к отдельным игрокам.

2. Существует способ выбора водящего по жребию. Жребий может быть произведен путем расчета, метания и другими способами. При выборе способа расчета дети становятся в круг и начинают произносить какую-либо считалку. На каждом слове считалки они указывают по очереди на игроков. Считалки с осмысленным текстом помогают развитию речи у детей.

3. Для определения водящего по жребию можно «тянуться на палке». Водящим становится тот, кто возьмет палку за верхний конец и удержит ее или покроет палку сверху ладонью. Этот способ применим при 2-4 играющих.

4. Организатор игры или один из игроков зажимает несколько соломинок (стебли травы, ленты или бечевки) в кулаке. Все, кроме одной, имеют одинаковую длину. Каждый игрок вытягивает одну соломинку. Вытянувший короткую становится или водящим, или начинающим, или лидером одной из команд. Игроки определяются по длине вытянутой соломинки.

5. Организатор игр, или один из игроков, или капитан команды держит обе руки за спиной, сжатыми в кулак, вне поля зрения свободных игроков. Другие игроки поочередно объявляют о четном или нечетном количестве пальцев. Так определяются команда, порядок игры и т.д.

6. При жребии можно применять метания. Водит тот, кто дальше всех бросит палку, камень, мяч и т.д.

7. Один из наиболее удачных способов – выделение водящего по выбору играющих. Этот способ хорош в педагогическом отношении, он позволяет выявить коллективное желание детей, которые обычно выбирают наиболее достойных водящих.

8. Справедливо установить очередность в выборе водящего, чтобы каждый участник побывал в данной роли. Это содействует воспитанию организаторских навыков и активности.

9. Можно назначить водящего по результатам предыдущих игр. Водящим становится игрок, оказавшийся в предыдущей игре наиболее ловким, быстрым и т.д.

Распределение на команды

Распределение на команды также может проводиться различными способами.

1. Руководитель распределяет играющих на команды по своему

усмотрению в случаях, когда нужно составить равные по силам команды. Активного участия в составлении команд играющие не принимают.

2. Другой способ распределения играющих на команды состоит в построении учащихся в шеренгу и расчете на первый-второй; первые номера составят одну команду, вторые – другую. Таким же способом составляют и несколько команд.

3. Можно разделить играющих на команды путем фигурной маршировки или расчета движущейся колонны. В каждом ряду должно быть столько человек, сколько команд требуется для игры.

4. Используется и способ разделения команд по сговору. В этом случае дети выбирают капитанов, разделившись на пары (примерно равные по силам), сговариваются, кто кем будет, а капитаны выбирают их по названиям. Этот способ очень любим детьми, поскольку он сам – своеобразная игра. Однако его недостаток в невозможности применения на уроках – он занимает много времени.

5. Способ разделения по назначению капитанов. Игроки выбирают двух капитанов, которые, в свою очередь, набирают игроков в свою команду. Способ по назначению капитанов следует применять только в играх с учащимися старшего школьного возраста, которые смогут правильно оценить силы игроков.

Выбор капитанов команд

Роль капитанов команд очень велика: они отвечают за поведение всей команды в целом и за отдельных играющих. Капитану дается право распределить роли в команде, следить за соблюдением правил и дисциплиной. Он является непосредственным помощником руководителя.

Капитанов могут выбрать сами играющие или их назначает руководитель. Когда играющие сами избирают капитанов, они учатся объективно оценивать друг друга, а капитан, осознавая доверие игроков, признает свою ответственность. В постоянных командах капитаны периодически переизбираются.

Выделение помощников

Для каждой игры руководитель выбирает помощников, которые следят за соблюдением правил, учитывают результаты игры, а также раздают и расставляют инвентарь. Желательно, чтобы в роли помощников в течение учебного года побывали все учащиеся, поскольку они – будущие организаторы игры.

Руководство игрой имеет исключительно важное значение для решения поставленных руководителем оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Занимающиеся при посредстве игры приучились к самостоятельной деятельности... необходимо, чтобы они сами направляли игру и следили за точным исполнением принятых правил».

Игра должна начинаться организованно и своевременно, по условному сигналу (команде, свистку, хлопку в ладоши, взмаху рукой или флажком). Начиная игру, руководитель не должен допускать задержек.

Давать сигнал к окончанию игры лучше всего тогда, когда все участники получили от нее удовольствие, но не переутомились. Об окончании игры можно предупредить словами: «Осталась одна минута!», «Играем до одного очка!», «Последний водящий!» и т.д.

Игру нельзя останавливать криком, резкой командой, так как такое неожиданное для учеников окончание игры, непредвиденный ее конец могут вызвать отрицательную реакцию, неудовлетворение.

Одна из наиболее важных задач руководителя – суметь войти в детский коллектив, включиться в сферу игровых действий.

До проведения игры, руководитель обязан учитывать наиболее опасные ее моменты и должен быть готов к страховке.

В согласованных совместных действиях необходимо поощрять инициативу каждого игрока. Педагогическая практика показывает, что дети школьного возраста с различными типами высшей нервной деятельности могут проявлять себя в играх различно.

Судейство

Объективное и беспристрастное судейство – обязательное условие каждой подвижной игры, а точное судейство имеет особое значение в играх с разделением на команды. Необъективный судья теряет доверие и уважение, его авторитет падает, с ним перестают считаться.

Дозировка нагрузки в процессе игры

Обязанность руководителя – не только правильно выбрать и начать подвижную игру, но и разумно ее дозировать и вовремя закончить. Нагрузка в игре дозируется уменьшением или увеличением общей подвижности участников.

Для регулирования физической и эмоциональной нагрузки можно использовать следующие приемы:

1. Изменить продолжительность и количество повторений элементов игры.

2. Увеличить или уменьшить размеры площадки.

3. Усложнить или упростить правила игры.

4. Использовать инвентарь большего или меньшего веса и размера.

5. Ввести короткие перерывы, организовать «дома отдыха» для детей в играх с непрерывными действиями и т.д.

Особое внимание должно уделяться физически слабым детям. Им необходима индивидуальная дозировка: сокращенные дистанции, облегченные задания, меньшее время пребывания в игре.

Окончание игры

Правильная организация подвижной игры предусматривает не только правильное ее проведение, но и своевременное окончание. Преждевременное окончание игры нежелательно так же, как и ее затягивание. Руководитель перед игрой может сообщать отведенное на нее время. Учитывая это, участники соответственно распределяют свои силы. За 1–3 мин до окончания установленного времени надо предупредить игроков.

Подведение итогов игры, определение ее результатов, выявление ошибок, неверных действий имеют большое значение. Перед объявлением результатов игры руководитель создает спокойную обстановку. Нельзя допускать пререканий и споров игроков с судьей. Решение судьи не поддается обсуждению.

Подведение итогов игры имеет педагогическую ценность и для самого руководителя: наблюдения и выводы, сделанные в процессе игры, которыми учитель может не делиться с детьми, имеют важное значение для работы с детским коллективом и каждым учеником в отдельности.

В современных детях достаточно развит соревновательный дух, и их не надо подталкивать к успеху. Соревновательность лежит и в основе игр. Но нельзя допускать, чтобы выигрыш стал единственным смыслом игры. Справедливо одержанная победа должна быть достойной наградой, а проигрыш не должен приводить к развитию чувства поражения. Напротив, он должен стимулировать стремление к выигрышу в последующей игре.

Обсуждение игры

При объявлении результатов необходимо обсудить игру совместно с участниками, выявить их ошибки и указать на положительные моменты, отметить участников, хорошо исполнивших отдельные роли, а также тех, кто соблюдал правила игры и проявлял творческую инициативу.

В заключение следует отметить, что сам процесс проведения игры очень сложен, зависит не только от возрастных особенностей детей, условий работы, но и от подготовленности детей к коллективным играм, от их настроения, от мастерства руководителя игры. Проведение игры – педагогический процесс, не всегда поддающийся прогнозированию.

Тема 5. Подвижные игры в педагогической практике

В школьной педагогической практике, социальной жизни и быту существуют две основные формы организации подвижных игр: урочная и внеурочная.

Урочная форма проведения подвижных игр предусматривает непосредственную руководящую роль учителя, регулярность занятий с неиз-

менным составом участников, регламентированные содержание и объемом игрового материала и его взаимосвязь с организацией, содержанием и методикой учебно-воспитательного процесса, в который включается данная игра.

Подвижные игры, относящиеся к внеурочной форме занятий, подразумевают большую роль организаторов, вожаков из среды самих детей; они организуются, как правило, эпизодически, состав участников может меняться, а игры варьируются по содержанию и объему игрового материала.

Время, отводимое на подвижные игры в двигательном режиме школьников, зависит от возраста, класса, в котором учатся дети, от круглогодичного распорядка обучения и других видов деятельности и отдыха. Как уже упоминалось, при урочной форме проведения подвижных игр ведущую роль играет руководитель, который решает следующие задачи:

- 1) оздоровительные, 2) образовательные, 3) воспитательные.

Оздоровительные задачи подвижных игр

При правильной организации занятий с учетом возрастных особенностей и физической подготовленности занимающихся подвижные игры оказывают благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки у детей подростков, а также повышают функциональную деятельность организма.

Важное значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную динамическую работу различные крупные мелкие мышцы тела; игры, увеличивающие подвижность в суставах. С воздействием физических упражнений, применяемых в играх, активизируются все виды обмена веществ (углеводный, белковый, жировой и минеральный). Мышечные нагрузки стимулируют работу желез внутренней секреции.

Учителю необходимо следить за тем, чтобы физические нагрузки были оптимальными. При систематических занятиях играми можно допускать интенсивные нагрузки, чтобы организм постепенно приспособился к ним. Однако недопустимо доводить участников игры до переутомления.

Элементарные двигательные навыки, приобретаемые в играх, легко перестраиваются при последующем, более углубленном, изучении техники движений и облегчают овладение ею. Игровой метод особенно рекомендуется использовать на этапе начального освоения движений.

Многократное повторение двигательных действий во время игры помогает формировать у занимающихся умение экономно и целесообразно выполнять их в законченном виде.

Не менее важны игры с различными мелкими предметами, с ма-

лыми мячами, мешочками, что имеет особое значение для школьников младших классов.

В подвижных играх участникам приходится исполнять различные роли (водящего, судьи, помощника судьи, организатора игры и т.д.), что развивает у них организаторские навыки.

Воспитательные задачи подвижных игр

Подвижные игры в большой степени способствуют воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости.

Большинство подвижных игр требует от участников быстроты, они построенные на необходимости мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы, а постоянно изменяющаяся обстановка в игре, быстрый переход от одних движений к другим способствуют развитию ловкости.

Для воспитания силы хорошо использовать игры, требующие проявления умеренных по нагрузке, кратковременных скоростно-силовых напряжений.

Игры с многократными повторениями напряженных движений, с постоянной двигательной активностью, что вызывает значительные затраты сил и энергии, способствуют развитию выносливости.

Совершенствование гибкости происходит в играх, связанных с частым изменением направления движений.

Увлекательный игровой сюжет вызывает у участников положительные эмоции и побуждает их к тому, чтобы они с неослабевающей активностью многократно проделывали те или иные приемы, проявляя необходимые волевые качества и физические способности. Подвижная игра, требующая творческого подхода, всегда будет интересной и привлекательной для ее участников.

Соревновательный характер коллективных подвижных игр также может активизировать действия игроков, вызывать проявление решительности, мужества и упорства для достижения цели. В коллективной подвижной игре каждый участник наглядно убеждается в преимуществах общих, дружных усилий, направленных на преодоление препятствий и достижение общей цели. Руководитель должен уметь правильно распределять игровые роли в коллективе, чтобы приучать играющих к взаимоуважению во время совместного выполнения игровых действий, к ответственности за свои поступки. Подвижная игра носит коллективный характер. Мнение сверстников, как известно, оказывает большое влияние на поведение каждого игрока.

Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи надо решать в комплексе, только в таком случае каждая подвижная игра будет эффективным средством разностороннего физического воспитания детей и подростков.

Образовательное значение игр заключается, прежде всего, в прекрасной возможности получения ребенком новых системных знаний о подвижных играх как средстве и методе физического воспитания, самосовершенствования, о возможностях своих телесно-двигательных проявлений в игре, самопознании.

Сущность подвижной игры представляет для ребенка практически первый вид индивидуальной и коллективной деятельности, в которой берет начало формирование не только физической, но и общей культуры личности ребенка.

В подвижной игре, ее различных ситуациях ребенок имеет реальные возможности для познания своего внутреннего «Я», для создания собственных представлений о своем влиянии на среду, о месте и роли в коллективе играющих.

В ходе игр дети не только приобретают, но и отражают уже имеющийся опыт осмысленных и целенаправленных телесных движений, закрепляют мыслями и действиями свои представления об изображаемых в ходе игры уже знакомых, прошедших событиях.

Образовательное значение подвижных игр заключается в широкой возможности комплексного воздействия на формирование интеллектуального потенциала ребенка, его способности к анализу и синтезу ситуационных игровых проявлений, сообразительности, наблюдательности. Игра предъявляет ребенку множество требований, а значит, и развивает способность к сопоставлению, обобщению воспринятого извне, принятию решений оценки результата действия, его корректировки, способности делать выводы.

В играх развиваются способности в адекватной оценке пространственных, временных и пространственно-временных отношений, своевременной реакции ребенка на складывающуюся и состоявшуюся ситуацию, что способствует развитию его оперативного мышления.

Системность применения подвижных игр позволяет эффективно осваивать так называемую школу движений, охватывающую специфику широчайшей сферы двигательной активности человека.

Важное образовательное значение имеют подвижные игры, проводимые в различные времена года, в различных природных условиях, позволяющих ребенку по-новому представить себя, свои действия в разных проявлениях среды. Для играющих игры на местности являются прекрасным средством приобретения знаний о различных формах гражданской, профессиональной, военной и спортивной деятельности, умения применять эти знания.

Специальную образовательную функцию несут национальные народные подвижные игры, помогающие детям в познании их специфических особенностей и ценностей национальной культуры, входящих в нее обрядов, обычаев, традиций.

В процессе подготовки и участия в подвижных играх у детей форми-

руются знания в соответствии с ролью, функцией каждого в игре, будь то игрок в поле, водящий, судья, организатор, помощник или руководитель. Воспитательное значение подвижных игр, прежде всего, основывается на их коллективном характере, что предопределяет личностные проявления и особенности коллективных действий ребенка. Коллективные подвижные игры призваны развивать в детях чувство товарищества, ответственности за собственные действия, солидарности с действиями партнеров и разделения ответственности за их действия.



Тема 6. Осетинские национальные игры

Осетины (ирон. *ир*, *ирæттæ*; дигор. *дигорæ*, *дигорæнттæ*) – народ, живущий на Кавказе, потомки алан, основное население республик Северная Осетия – Алания (РФ) и Южная Осетия. Живут также в других районах Российской Федерации, в Грузии, Турции и других странах. Осетинский язык принадлежит к иранской группе (северо-восточная подгруппа) индоевропейской семьи языков. Осетины в основном двуязычны (двуязычие осетинско-русское, реже осетинско-грузинское или осетинско-турецкое).

Осётia (осет. *Ирыстон*, или *Ир*) – регион центрального Кавказа, расположенный по обе стороны от Главного Кавказского хребта, в основном населённый осетинами (*Численность в мире осетин от 600 000 до 750 000 чел.; из них в Северной Осетии около 478 000, в Республике Южная Осетия около 51 000 чел.*). В настоящее время часть этого исторического региона, расположенная к югу от Главного Кавказского хребта, относится к частично признанной (с 2008 г.) Республике Южная Осетия, к северу – к Республике Северная Осетия – Алания в составе Российской Федерации. Общая площадь всей Осетии (как сумма площадей РЮО и РСО-А) составляет примерно 11 950 км².

С XIV века до середины XVII века Осетия существовала как абсолютно замкнутая горная территория, не имевшая городов, образования, не велась летопись. Северная часть Осетии (нынешняя горная часть Республики Северная Осетия – Алания) находилась под частичной властью Кабарды, южная окраина вела частые боевые действия с грузинскими феодалами, также в некоторые исторические периоды договаривалась с последними.

В 1774 году средневековая Осетия вошла в состав Российской империи.

В 1801 году грузинское княжество Картли-Кахети, в которое входила часть территории современной Южной Осетии, становится частью Российской империи.

В 1922 году Осетия разделена на две части: северная осталась в составе РСФСР, южная – осталась в составе Грузинской ССР.

Северная часть осетин располагалась в составе Северо-Осетинской автономной республики Российской ССР, так же массовые осетинские анклавы находились в соседней Кабардино-Балкарской А.Р. ССР, и Карачаево-Черкесской А.Р. ССР. Южная часть осетин располагалась в составе Юго-Осетинской Автономной области Грузинской ССР, так же массивные анклавы осетин располагались в центральной курортной части Грузинской ССР, так же в Восточной части Грузии Кахетии, Казбекском районе населяли Трусовское ущелье историческая часть Осетии, неофициально осетин Закавказья не из Юга Осетии называли — осетины внутренних районов Грузии.

Использование национальных игр осетинами на практике служило средством физического воспитания детей, требует их серьезного изучения и отбора. Полную характеристику национальным играм можно дать лишь тогда, когда исследование возникновения, изменения игр ведется в сочетании с этнографическим исследованием, опросом и педагогическим наблюдением.

При изучении этнографического материала особое внимание уделяется зарождению и развитию, детских игр. Содержание игры менялось с изменением жизни и быта осетин. Так, игры со стрельбой раньше проходили с применением лука и стрелы. С появлением же огнестрельного оружия в их играх лук и стрелу стали заменять кремневыми ружьями, берданкой, винтовкой («кабак», «стрельба» по древкам флажков», «стрельба на скаку в джигитовке).

Стрельба из лука в этот период превращается в; сто детскую игру, хотя этим интереснейшим видом состязания в Северной Осетии продолжали увлекаться и взрослые.

Игры в быту осетин были широко распространены, на всех празднествах они проводили разнообразные игры различной сложности. Причем, сопровождалась ими не только праздники, но и некоторые обряды, так, например, свадебные и похоронные.

О значении и широком распространении народных игр красноречиво говорится в осетинском фольклоре. «Судя по нартским сказаниям, песни, музыка и пляски составляли важный элемент древнеосетинского быта. Нарты предаются им с такой страстностью и увлечением, что забывают даже смертельной военной опасности. Время, не заполненное войной и охотой, отдавалось спортивным играм, песням и пляскам».

Играми занимались как дети, так и взрослые. Наряду с юношами и девушками в них принимали участие мужчины и женщины. Игры были разнообразны и развивали силу, ловкость, выносливость, глазомер, различные навыки и умения, обходимые в бою и трудовой деятельности.

Особое место у осетин занимали игры военного характера, что

было связано с условиями того времени – частыми набегами врагов.

Широко были распространены верховая езда, джигитовка, с применением холодного и огнестрельного оружия, стрельба из лука, а также игры со скачками, игры с поднятием и переноской тяжести, лазание по горам, бег в гору, прыжки, катание с гор, игры в единоборство, борьба на поясах, борьба на лошадях, борьба сидя на плече товарища, различные виды перетягивания, метание копья, палок, камня, толкание камня и другие также детские игры.

Собранные осетинские национальные игры в зависимости от признаков и элементов, входящих в их содержание, можно классифицировать следующим образом:

1. *Скачки*: гладкие, скачки с хъузонта, скачки в память покойника, скачки – аелаем (лаем), в Южной Осетии – скачки лаф, скачки – борьба за флажки. худыскъаефаентае, различные конные игры, а также свадебные скачки.

2. *Стрельба* из лука, из ружья, винтовки, состязание в стрельбе хъабахъ, стрельба по древкамфлажков, стрельба сидя на плечах у наездника, стрельба на скаку по неподвижным и подбрасываемым целям (чаще всего мишенью бывало куриное яйцо).

3. *Джигитовка* – различная конная акробатика с исполнением головокружительных трюков, с применением огнестрельного оружия (ружье, винтовка, наган), а также с применением холодного оружия (кинжал, шашка, копье).

4. *Поднятие и переноска тяжестей* – камня, бревна, человека.

5. *Лазание*: по вертикально врытому в землю, столбу. по деревьям, по горам и скалам.

6. *Различные виды метаний* – камня, копья, палок.

7. *Борьба*: на поясах, борьба всадников.

8. *Катание с гор*: на лыжах (къаелаетгае), санях.

9. *Игры, связанные с элементами сопротивления*, бегом, прыжками: перетягивание веревкой, палкой, преодоление естественных препятствий, бег и различные игры с прыжками.

10. *Настольные игры*: къенты хъазт – кены, балтаей хъазт – игра группами, «бираегъ аемае фыстае» – «волк и овцы».

Перетягивание (Баендае наей хъазт)

Через середину круга диаметром 4 м проводится прямая, делящая его на две равные части. По обе стороны линии спинами друг к другу становятся два участника игры. На них надевается кольцо из веревки диаметром 1,5–2 м так, чтобы оно прошло под руками. Приседая, участники подают корпус вперед, чтобы веревка слегка натянулась. По сигналу оба игрока начинают тянуть друг друга из круга. Кто кого

вытянет из круга, тот и выиграл. Одновременно могут состязаться несколько пар.

Правила игры. Начинать тянуть веревку следует одновременно по команде «Марш!». Тянуть надо только вперед за счет корпуса и ног. Запрещается опираться руками о землю.

Палка (Чука)

Играющие становятся за линией кона. На расстоянии 6–8 м от нее водящий ставит вертикально на землю небольшую палочку (длина 10–15 см, сечение 3–5 см). Играющие держат в руках палки длиной 1 м, которые они по очереди бросают с линии в чуку, стараясь сбить ее. Если чука сбита, водящий должен как можно быстрее поставить ее на место и взять одну из палок. Остальные игроки в это время стараются подбежать каждый к своей палке и взять ее. Оставшийся без палки становится водящим.

Если никто из игроков не сбил чуку, то каждый старается забрать свою палку, а водящий стремится завладеть чьей-либо палкой.

В этот момент играющие могут действовать против водящего коллективно: использовать ложные, отвлекающие действия и тем самым помочь товарищу взять палку.

Правила игры. Следует быть осторожными, чтобы не понасть палкой в водящего; бросать палку в чуку можно только тогда, когда водящий поставил ее и отошел на свое место.

Бита (Шела)

Бросая по очереди плоский камень (сланцевую пластинку диаметром 10–15 см) двое играющих стараются попасть им в шарик, (деревянный или каменный).

Расстояние, которое «пробежит» шарик после удара камнем, измеряется ступнями ног. Победителем считается тот, у кого шарик откатится на большее расстояние.

Правила игры. Играющие бросают камень строго по очереди.

Вариант. В игре могут участвовать две команды. В этом случае игру ведут до определенного счета. Каждый участник команды, бросая камнем в шарик, ведет свой индивидуальный счет. Потом суммируются результаты всех членов команды.

Борьба за флажки

В игре участвуют две команды. Количество участников может быть любым, но равным в обеих командах. У каждой команды имеется флажок, который устанавливается на видном месте и охраняется

одним из игроков. Остальные члены команды делятся на защитников и нападающих. Цель игры – завладеть флажком противника, сохранив свой. В процессе игры разрешается передавать флажок другому игроющему, убежать с флажком.

Правила игры. Начинать игру надо по сигналу; в борьбе за флажок нельзя допускать грубых действий.

Жмурки-носильщики (Уарчъхассан)

Готовится место для игры. В одном конце площадки ставят небольшой столик (или скамейку) и на нем раскладывают ровно десять каких-нибудь мелких предметов – это могут быть детские игрушки, камешки и т. д. На другом конце площадки, шагах в десяти – пятнадцати от столика и в трех-четыре шагах друг от друга, ставят два стула. Из числа играющих выбирают двух носильщиков. Они садятся на стулья лицом к столику, обоим завязывают глаза. Остальные играющие располагаются по краям площадки. Каждый носильщик должен перенести со столика на свой стул пять предметов. Победит тот, кто раньше справится с работой.

Правила игры. Оба носильщика начинают игру одновременно по сигналу. Переносить можно только по одному предмету. В ходе игры необходимо следить, чтобы носильщики не сталкивались, идя навстречу друг другу.

Жмурки (Хъуырмарсытай)

Водящему завязывают глаза. Затем игроки поочередно легко ударяют по ладоням его вытянутых вперед рук. При этом они шепотом спрашивают: «Кто я?» Водящий должен угадать, кто из играющих его ударил. Если он угадает, то тот, кто ударил, становится водящим. Если же водящий три раза подряд не сможет угадать, кто касался его ладоней, то выбирается новый водящий. Игра продолжается. В ней могут участвовать одновременно несколько групп детей.

Правила игры. Ладоней водящего не должны касаться одновременно несколько участников. Подсказывать водящему нельзя.

Гаккарис

По кругу на расстоянии 40–50 см друг от друга роют небольшие ямки или чертят круги. Игроки приседают в них на корточки. Водящий, прыгая на одной ноге, старается столкнуть кого-нибудь из игроков с места. Игрок считается сбитым, если хотя бы одна его нога сместилась и ступня оказалась за чертой круга. Игра продолжается по договоренности играющих.

Правила игры. Игрокам разрешается время от времени ка-

саться руками пола. Водящий не должен ударять ногой сидящего, а слегка только подталкивать его. Сидящим не разрешается поддерживать друг друга, вскакивать, поворачиваться лицом к водящему. По договоренности можно разрешить водящему менять ногу, на которой он прыгает.

Лук и стрелы (Ардын ама фат)

Участники игры — две команды — располагаются за чертой. У каждого из них лук и пять стрел (их надо изготовить заранее). На расстоянии 10–12 м от черты ставится мишень (доска, бревно и т. д.). По сигналу ребята по очереди начинают выпускать стрелы. Побеждает та команда, у которой больше попаданий в цель.

Правила игры. Участники должны пускать стрелы только по очереди; к мишеням можно подходить лишь после того, как играющие выпустили все стрелы.

Чепена

Игроки стоят по кругу. Считалкой выбирается чепена. Он становится в круг и начинает игру словами:

- Левой ногой, чепена,

Подпрыгивает на левой ноге влево.

- Гой, гой, чечена.

Отзываются дети и повторяют движения водящего.

- Правой ногой, чепена.

Подпрыгивает вправо на правой ноге.

- Гой, гой, чепена.

Дети повторяют то же.

- Пойдем вперед, чепена.

Идет вперед, подняв вверх руки.

- Гой, гой, чепена.

Дети идут мелкими шагами вперед, подняв вверх руки.

- Пойдем назад, чепена.

Мелкими шагами идет назад с опущенными руками.

- Гой, гой, чепена.

Дети повторяют то же.

- Все мы спляшем, чепена.

Начинается танец.

- Кругом, кругом, чепена!

Дети начинают круговой танец под осетинскую музыку.

Игра проводится в сопровождении любой народной мелодии, от которой зависит темп игры. В качестве атрибутов используются элементы осетинского национального костюма.

Правила игры. Движения выполняются в соответствии с текстом.

Метание с плеча (Уахскуазай ахст)

Для этой игры берется мешочек с песком массой 200-300 г. Его поднимают на уровень правого плеча и кладут на ладонь. Играющий, несколько отклонившись всем корпусом и приседая, с силой отбрасывает мешочек.

Правила игры. Место удара мешочка о землю отмечается. Выигрывает тот, кто бросит дальше всех.

Тохси

На ровной площадке чертят два круга, вписанные один в другой. В центре малого круга в один ряд расставляют разноцветные альчики (можно заменить камешками), по одному от каждого игрока. Играющие становятся на линию внешнего круга так, чтобы она пришлась на середину ступни. Они метают биту по очереди.

Задача заключается в том, чтобы крупным альчиком-битой – тохси – выбить мальчики за пределы большого круга.

Правила игры. Если альчик выкатывается за линию, игрок выигрывает. Если он промахивается, то не имеет права бить второй раз (пропускает ход).

Тохси – крупная кость, бита.

Тема 7. Кабардино-Балкарские национальные игры

Кабардинцы (кабард.-черк. *адыгэ*) – народ в Российской Федерации и на Ближнем Востоке, в РФ в основном проживает в Кабардино-Балкарии, а также в Краснодарском и Ставропольском краях, в Карачаево-Черкесии, Адыгее и Северной Осетии. В Кабардино-Балкарской республике в 2010 году составляли 57 % населения говорят на кабардино-черкесском языке абхазо-адыгской группы.

Основная часть современных адыгов (включая кабардинцев) проживают за рубежом. Таким оказался результат окончания Русско-Кавказской войны, после которой большая часть адыгов за неподчинение русскому царю была изгнана с исконных мест своего проживания, некоторая часть добровольно покинула Кавказ, предпочтя жить в мусульманской стране, чем в подчинении иноверцам. На Кавказе осталась лишь малая часть от населявших его когда-то адыгов (черкесов). Ныне за рубежом они известны как черкесы.

Также кабардинцы в составе адыгской диаспоры проживают в странах Ближнего Востока (в частности в Иордании, Сирии, Саудовской Аравии, Ливане) и Северной Африки, а также в Европе (в основном в Германии) и Северной Америке.

Кабардино-Балкарская Республика (кабард.-черк. *Къэбэрдей-Балъкъэр Республикэ*; карач.-балк. *Къабарты-Малкъар Республикэ*) – республика, являющаяся субъектом в составе Российской Федерации. Входит в состав Северо-Кавказского федерального округа и является частью Северо-Кавказского экономического района. Столица – город Нальчик.

Государственными языками Кабардино-Балкарской Республики на всей её территории являются кабардинский, балкарский и русский языки.

Граничит с Карачаево-Черкесией на западе, Ставропольским краем на севере, с РСО-Аланией на востоке и юго-востоке и с Грузией на юге.

Образована как Кабардинская автономная область 1 сентября 1921 года. С 16 января 1922 года – Кабардино-Балкарская автономная область. 5 декабря 1936 года преобразована в автономную республику (Кабардино-Балкарская АССР).

Кабардино-Балкарская республика расположена в центральной части северного макросклона Кавказа. Территория республики разделена на три основные геоморфологические зоны – горную, предгорную и равнинную. Горная и предгорная зоны занимают большую часть территории субъекта. Равнинная зона охватывает северо-восточную часть республики.

До образования современной республики, на её территории были расположены две исторические области – Кабарда и Балкария. Кабарда состояла из двух княжеств: Большая Кабарда и Малая Кабарда, и занимала равнинную и предгорную часть современной республики, а также горную и высокогорную зону в верховьях реки Малки и её притоков. Балкария, которая была разделена на пять горских обществ, занимала в основном горные и высокогорные районы современной республики.

В 1921 году Кабарда и Балкария вместе с другими историческими областями Центрального Кавказа вступили в состав Горской АССР. 1 сентября 1921 года Кабардинский округ вышел из состава Горской автономной республики, а затем 16 января 1922 года за ним последовала и Балкария.

Кабардино-Балкарская автономная область была образована в 1922 году, в 1936 году преобразована в АССР.

Повелитель лунки (Гъуэуж)

В центре площадки выкапывают лунку, в которую кладут мяч. Считалкой выбирают повелителя лунки. Повелитель садится на расстоянии 3–5 м в стороне от играющих. Игроки становятся вокруг мяча (в радиусе 2–4 м) на равном расстоянии друг от друга и от мяча. Когда все готовы, повелитель выкрикивает имя любого из игроков. Тот дол-

жен быстро схватить мяч и осалить одного из убегающих, кидая мяч с места (или догоняя игрока). Осаленные выходят из игры. Если названный повелителем игрок промахнулся, то он сам выходит из игры. Остальные снова занимают места по кругу, и игра продолжается. Побеждает тот, кто продержится дольше всех. В следующий раз он становится повелителем лунки.

Правила игры. До начала игры дети договариваются, как будут салить: с места или догоняя убегающих. Нельзя выбегать за условленную территорию. Определяется расстояние между мячом и игроками, так как от этого зависит степень сложности игры. Салить игрока можно только прямым попаданием мяча, а не с отскоков.

Под буркой (Штактуэпл)

Играющие делятся на две команды по пять – восемь человек. По жребию определяют, в какой команде будет бурка (национальный вид одежды). Старший (тамада) садится на землю, укрывшись буркой, а игроки этой команды располагаются вокруг, охраняя его. Другая команда, водящая, отходит от них на 20–30 м.

По указанию тамады от водящих к соперникам идут два игрока. Увидев их, охрана спрашивает: «Кто идет?» Если идущие не отвечают, то вопрос задается повторно с целью заставить их заговорить. Не доходя 2–3 м до бурки, ходоки останавливаются и по очереди отвечают: «Гости». «Если гости – проходите. Добро пожаловать!» – говорит тамада под буркой. Продвигаясь ближе к бурке, пришедшие говорят: «Мы не гости, мы медведь и волк». После этого тамада, не снимая бурки, пытается угадать, кто подошел, и говорит с возмущением: «Так вы не гости, вы обманщики! Медведь – это... (имя игрока), а волк... (имя игрока)».

Если пришедших узнали, они сразу убегают, а охрана их догоняет. Кого охрана осалит, тот становится пленником тамады.

Далее водящая команда может посылать еще двух игроков к бурке. Когда тамада под буркой ошибается, то двое пришедших спокойно забирают двух игроков из его охраны и возвращаются к своим. Если угадывается имя только одного пришедшего, охрана устремляется за ним с целью его пленить, а другой (неузнанный) забирает с собой одного из охранников. Отгаданного охрана преследует до тех пор, пока он не добежит до своей команды, которая, став в круг, имитирует крепость с одними воротами, образованными при помощи поднятых рук. Когда преследующий уже в кругу, все опускают руки. Если охранники по инерции заскакивают в круг, они становятся пленниками. Пленные обеих команд принимают участие в игре своей новой команды. Игра заканчивается, когда одна из групп пленила всех рядовых игроков.

Правила игры. Идущая пара игроков заранее договаривается, кто из них волк, а кто — медведь. Первым на вопросы должен отвечать медведь, а вторым волк; сидящий под буркой тамада соответственно называет сначала имя медведя, затем волка. Подсматривать он не имеет права. Охрана должна стоять на линии рядом с буркой и бросаться в погоню за гостями только тогда, когда те начинают убежать.

Журавли-журавли (Къру-къру)

В игре вожак журавлиной стаи, которого выбирают считалкой, поет или говорит речитативом следующие слова: «Журавли-журавли, вынитесь дугой». Все играющие в процессе размеренной ходьбы выстраиваются в виде дуги. Затем вожак, убыстряя темп, продолжает: «Журавли-журавли, сделайте веревочкой». Дети быстро, не опуская рук, перестраиваются в одну колонну за вожакom, который все учащает свои шаги по темпу песни. «Журавли-журавли, извивайтесь как змея». Вереница ребят начинает делать плавные зигзаги. Вожак дальше поет: «Змея сворачивается в кольцо», «Змея выпрямляется» и т. д.

Правила игры. Упражнения выполняются во всевозрастающем темпе, переходящем в бег, до тех пор, пока вереница не разрушится. Когда играющие запутаются, игру начинают снова.

Волчок. Юла (Чын)

Чтобы привести волчок в движение, его кладут на ладонь левой руки, указательным пальцем правой руки быстро крутят вправо и во вращающемся положении бросают на лед. Затем его гоняют небольшим кнутом из конопляного волокна. При этом дети шести лет и старше нередко устраивают состязания: чей волчок вращаясь дольше простоит, чей дольше прокрутится по непротопанному снегу, кто дальше прогонит свой волчок одним ударом, у кого он перепрыгнет через канаву, через бревно и т. д.

Правила игры. Строго соблюдать установленные приемы кручения волчка.

Тема 8. Дагестанские национальные игры

Дагестан (краткое название: **Дагестан**) — субъект Российской Федерации, республика в её составе. Входит в состав Северо-Кавказского федерального округа, является частью Северо-Кавказского экономического района.

Образована 20 января 1921 года. Столица — город Махачкала.

Территория Дагестана граничит с Азербайджаном на юге, с Грузией

на юго-западе, а также с Чеченской Республикой на западе, со Ставропольским краем на северо-западе и с Республикой Калмыкия на севере.

Согласно Конституции Республики Дагестан государственными языками являются русский и языки всех народов, населяющих республику. Среди них наиболее распространены аварский, агульский, азербайджанский, даргинский, кумыкский, лакский, лезгинский, ногайский, рутульский, табасаранский, татский, цахурский, чеченский языки.

Территория современного Дагестана, и в большей степени горного Дагестана, именуется в исторической литературе по-разному, что имело отношение к соседским народам, или же к нашествиям завоевателей, которые именовали эту территорию на своём языке.

Некоторые историки относят к Южному Дагестану более раннее наименование «Албания», соответствующее «Стране гор». Грузины именуют Дагестан как «Лекетия».

Название «Дагестан» известно с XVII века и означает «горная страна» (от тюркского *даг* – гора, персидского *стан* – страна, земля). Согласно В. В. Бартольду название «Дагестан» появилось только в X/XVI вв.

Название «Дагестан» справедливо лишь в историческом смысле, поскольку с включением в состав Дагестанской АССР (ныне Республика Дагестан), равнин Кизляра и ногайских степей на горные регионы приходится лишь 56 % от всей её площади.

Выбей из круга (Дёгерекден чыгъар. Горалдаса борч/изабе).

Чертят круг диаметром 30 см. На расстоянии 3–4 м от него проводят линию. Играют пять-шесть детей. У каждого игрока имеется плоский камень диаметром 5 см и двадцать маленьких камешков (или косточек).

Каждый игрок кладет в круг определенное количество камешков (от двух до пяти – по договору играющих). С помощью считалки определяют, кому начинать игру. Тот, кого выбрали, бросает свой плоский камень в круг, стараясь попасть в кучу маленьких камешков. В случае промаха камень остается лежать на месте. Если никто не попадет в круг, то тот игрок, чей камень находится ближе к кругу, должен разбить кучу камешков, бросив в круг свой плоский камень с того места, где он лежит. За ним бросает следующий, у кого лежит камень ближе к кругу.

Итак, каждый бросает свой плоский камень в круг до тех пор, пока не будут выбиты все камешки. Выигрывает тот, кто выбьет из круга наибольшее количество камешков.

Правила игры. Бросать камень надо только от линии или от того места, куда он, упал. Если у двоих игроков камень упадет на одинаковом расстоянии от круга, игру начинают заново.

Палочка-стукалочка (Къакъма таякъ. Дигалогити/илчи)

Играющие (десять — двенадцать человек) образуют круг, в руках у каждого маленькие палочки длиной 10 см. Для игры нужна еще одна большая палка длиной 50 см. Ведущего выбирают с помощью считалки, т. е. при круговом счете до десяти каждый десятый ребенок выходит из круга. Тот, кто останется последним, становится водящим. Он закрывает глаза, считает вслух до десяти, остальные дети в это время прячутся. Прежде чем спрятаться, игроки кладут длинную палку одним концом на камень, другим на землю. На конец палки, лежащей на земле, аккуратно кладут маленькие палочки.

Сосчитав до десяти, водящий открывает глаза и ищет детей. Каждый из играющих стремится незаметно добежать до палки первым и стукнуть по ее концу, лежащему на камне, так чтобы в воздух взлетели маленькие палочки. Водящий старается помешать игрокам сделать это. Если же кому-нибудь из игроков удастся стукнуть по палке и рассыпать маленькие палочки, то водящий опять закрывает глаза. Если же водящему удастся выиграть, то им становится игрок, найденный первым.

Правила игры. Чтобы никто не тронул палочки, водящий, найдя кого-либо из прятавшихся, быстро подбегает к длинной палке и громко называет имя найденного, а обнаруженный игрок останавливается и больше не прячется.

Надень папаху (Папахны гий. Т/агъурлъе)

Мальчик-джигит сидит на стуле. На восемь десять шагов от него отводят водящего, поворачивают лицом к джигиту, чтобы водящим ориентировался, где тот сидит. Водящему завязывают глаза, поворачивают кругом, дают в руку папаху. Он должен сделать определенное количество шагов и надеть папаху на джигита. Остальные участники игры считают вслух шаги водящего и болеют за него. При повторении игры на роль водящего и джигита назначаются другие дети.

Правила игры. Водящий не должен подсматривать; играющие не должны помогать водящему, подсказывать ему.

Подними платок (Яелукъну гёттер. Квербац/борхе)

Игроки становятся в круг, в центре его кладут головной платок. Звучит национальная мелодия, все танцуют дагестанскую лезгинку. С окончанием музыки каждый участник игры старается первым поднять платок.

Правила игры. Нельзя тянуться за платком и выходить из круга раньше, чем прекратится музыка.

Цику-ция

Для игры нужны две палки: одна длиной 70 – 80 см, вторая – 15–20 см, диаметр обеих палок 2 см. помощью считалки двое детей определяют кому начинать игру. Они чертят линию, на которую кладут большую палку. Участник, начавший игру, подбрасывает короткую палку вверх и ударяет по ней длинной палкой, чтобы она полетела как можно дальше. Длинную палку он снова кладет на линию.

Второй игрок имеет право поймать маленькую палку на лету. Если он поймает ее, то заменяет первого игрока. Если же не поймает, то должен взять маленькую палку, бросить ее так, чтобы попасть в длинную, которая лежит на линии. При попадании в палку второй игрок ведет игру так же, как и первый. В противном случае игру продолжает первый игрок, который получает 1 очко. Кто первым наберет 5 очков, тот и выигрывает.

Выигравший ударяет короткую палку длинной 3 раза, стараясь, чтобы короткая палка отлетела дальше от линии. С того места, куда короткая палка упала после трех ударов, проигравший должен допрыгать до линии на одной ноге, произнося поговорку: *цику-ция, цику-ция...*

Правила игры. В том случае, если расстояние до короткой палки окажется очень большим, можно прыгать поочередно то на одной, то на другой ноге.

Слепой медведь (Сокъур аюв. Бецаб ци)

Играющие свободно размещаются на ограниченной площадке. У каждого игрока две палочки: одна гладкая, другая с зубцами. Игроки выбирают водящего – медведя, которому завязывают глаза. Они водят гладкой палочкой по палочке с зубцами, возникает звук. Медведь идет на звук, стараясь запятнать кого-нибудь из играющих. Тот, кого медведь запятнает, становится водящим.

Правила игры. Водящий не должен подглядывать. Убегать за линию площадки игрокам не разрешается. Если медведь долго не может никого запятнать, надо поменять водящего.

Бег к реке (Татавулгъа багъып чабыв: Г/орухъе рекери)

На расстоянии 10–15 м от реки чертится линия, вдоль которой выстраиваются играющие. По сигналу водящего игроки бегут к реке, достают со дна ее камень и, бегом возвращаясь назад, отдают камень водящему. Водящий определяет первые три места. Игра продолжается.

Правила игры. Водящий может удлинять или сокращать дистанцию, давать различные задания.

Достань шапку (Папахны ал. Т/агъур боее)

Игроки делятся на две команды, до десяти человек в каждой. На расстоянии 10–15 находятся шапки. Играющие в обеих командах становятся в пары и движутся к шапкам, выполняя разные движения. Сначала двигаются первые пары, затем вторые и т. д., например, первые пары продвигаются вперед, прыгая на одной ноге, вторые пары передвигаются на четвереньках, третьи пары идут на пятках, четвертые пары – в полуприседе, пятые пары продвигаются в глубоком приседе.

Правила игры. Взять шапку имеет право только та пара, которая дошла первой. Побеждает команда, набравшая больше шапок. При повторении игры лучше поменять виды движений между парами. Можно выбрать и другие движения.

Тема 9. Чечено-ингушские национальные игры

Чеченцы, самоназв. *нохчий* (чеч.*нохчий*) – народ, проживающий на Северном Кавказе, коренное население Чечни. Исторически также проживают в Хасавюртовском, Новолакском, Казбековском, Бабаюртовском, Кизилюртовском, Кизлярском муниципальных районах Дагестана, Сунженском и Малгобекском муниципальных районах Ингушетии, Ахметском районе Грузии. Общая численность чеченцев во всём мире 1 550 000 чел.

В российском кавказоведении до революции 1917 года и в первые десятилетия советского периода исследователи в этноним «чеченцы» часто объединяли все нахские народы, включая ингушей (*галгаи*), бацбийцев/цова-тушин (*бацби*) и кистин/кистинцев Грузии.

По одной из версий, название «чеченцы» является русской транслитерацией наименования этого народа у кабардинцев – «шашан», которое, в свою очередь, произошло от села Большой Чечень, где, вероятно, русские впервые встретились с чеченцами в конце XVII века. Название села восходит к XIII веку, когда в этом месте находилась ставка монгольского хана Сечена. Вначале русские называли так лишь жителей села Большой Чечень, позднее, этноним «чеченцы» был перенесён на всех родственных обитателей прилегающих областей. В начале XVIII века обобщающее название «чеченцы» для всех восточных вайнахов стало встречаться в русских и грузинских источниках, позже этот этноним переняли и некоторые окружающие народы. Этноним «чеченцы» впервые упоминается под названием «народ сасан» (автор проводит аналогию этой персидской транскрипции названия чеченцев – «сасан» с осетинской – *сасан* и кабардинской – *шашан*) в персидской летописи Рашида ад-Дина (XIII–XIV вв.) в контексте войны с татаро-монголами.

Альтернативная гипотеза этимологии названия чеченцев, согласно некоторым исследователям (напр. А. Вагапов), предполагает, что этот этноним был представлен у соседей чеченцев задолго до прихода русских на Кавказ.

Чеченская Республика (чеч.*Нохчийн Республика, Нохчийчоь*; краткое название: **Чечня**) – субъект Российской Федерации, республика (государство) в составе. Входит в состав Северо-Кавказского федерального округа, является частью Северо-Кавказского экономического района.

Граничит на западе – с Республикой Ингушетия, на северо-западе – с Республикой Северная Осетия – Алания, на севере – со Ставропольским краем, на северо-востоке и востоке – с Дагестаном, на юге – с Грузией. Столица – город Грозный (чеч.*Сольжа-ГӀала*).

Согласно изменениям в Конституции Российской Федерации – России (РСФСР) 1978 года, образована 9 января 1993 года. 25 декабря 1993 года вступила в силу принятая на всенародном голосовании Конституция Российской Федерации, которая подтвердила статус Чеченской Республики.

Государственные языки: чеченский, русский. Также распространён кумыкский язык.

Чеченская Республика располагается на Северном Кавказе, в долинах рек Терек и Сунжа. В северных районах находятся степи и полупустыни (Терско-Кумская низменность), в центре – лесостепные равнины (Чеченская равнина), на юге – Кавказские горы. Горные хребты, межгорные долины и котловины занимают около 35 % территории Чеченской Республики. Остальная территория – равнины, большей частью сильно пересечённые возвышенностями. Горы занимают всю южную часть республики полосой шириной 30-50 км.

Ингуши самоназвание – *Галгаи* (ингуш.*ГӀалгаӀай*) – народ на Северном Кавказе, коренное население Ингушетии. Исторически также проживают в Сунженском районе Чечни и Пригородном районе Северной Осетии. Общая численность ингушей во всем мире – 700 тыс. человек.

Говорят на ингушском языке нахской группы северокавказской семьи, письменность на основе кириллицы.

Этноним «ингуши» произошел от названия ингушского селения Ангушт, которое по свидетельству грузинского географа Вахушти Багратиони уже в XVII в. являлось крупным селением в Тарской долине (современный Пригородный район).

Республика Ингушетия (ингуш.*ГӀалгаӀай Мохк, ГӀалгаӀайче*; краткое название: **Ингушетия**) – субъект Российской Федерации, республика (государство) в её составе. Входит в состав Северо-Кавказского федерального округа, является частью Северо-Кавказского экономического района. Столица – город Магас.

На западе граничит с Северной Осетией, на востоке с Чеченской Республикой, на юге с Грузией (с краем Мцхета-Мтианети), граница с которой совпадает с государственной границей Российской Федерации. Образована 4 июня 1992 года.

Самый малый по площади регион Российской Федерации, не считая городов федерального значения.

Название республики происходит от русского наименования народа — ингуши (от названия селения Ангушт) и от грузинского суффикса *-ети*, что в сумме означает «*место где живут ингуши*». Этот этноним получил своё распространение с XVIII века. Самоназвание народа — Галга (*l'laig'lay*). Одни исследователи считают, что слово *galg'lay* означает «*строитель/житель башен*», дополняя эту версию другие исследователи термин *галга* связывают с этнонимом в шумерском языке, которым шумеры называли население Шумера, известное в науке как *су, субир, сурриты*, и которое означало «великие говорящие» со значением «мудрецы». Также высказывается мнение о языческом происхождении самоназвания от имени древне ингушского божества *Гела* или *Гала*.

Игра в башню (Гдалах ловзар)

На ровной утрамбованной площадке чертится квадрат размером 50X50 см. От квадрата на расстоянии 1,5–2 м проводится черта — это первый полукон, от полукона чертятся еще шесть линий — полуконов и промежутками в один шаг.

В центре квадрата устанавливается круглая палочка длиной 15–18 см, диаметром 5 см. Из числа играющих выбирается водящий, остальные поочередно начинают игру с кона, т. е. с последней отметки, стараясь выбить палочку из квадрата. Водящий стоит с противоположной стороны квадрата на таком расстоянии от него, чтобы его не задела бита и палочка. Если играющий выбивает палочку, он бежит за своей битой, а водящий — за палочкой. Если водящий раньше успевает подбежать к квадрату и произнести слово *башня*, он становится играющим, а играющий — водящим.

Если же раньше к квадрату подбежал играющий и успел сказать *башня*, он приближается к квадрату на один полукон, а водящий продолжает водить.

Игра продолжается до тех пор, пока один из играющих не выйдет на первый полукон, т. е. на первую черту от квадрата. Выигравшему дается право начинать игру. Играющих может быть от двух до восьми человек. Играющие могут иметь одну биту на всех или столько, сколько играющих.

Правила игры. Игра начинается с последнего (дальнего) полукона. Промах считается потерей хода.

Чиж (Кул)

На ровной площадке чертится квадрат (50X50 см). В середине квадрата роют ямку глубиной 3 см, диаметром 10 см. На ямку накладывается брусок длиной 12 см, шириной 2,5 см. Дается бита длиной 40 см. На противоположной стороне квадрата на расстоянии десяти шагов чертится линия.

Играют четыре человека, которые делятся на две группы. У одной из сторон квадрата стоят двое играющих, двое других располагаются с противоположной стороны на линии в десяти шагах от квадрата. По договоренности те дети, которые стоят у квадрата, начинают игру, т. е. дважды выбивают палочку из ямки. Дети на противоположной стороне ловят палочку. Если они сумеют поймать ее одной рукой, то набирают пять очков; если поймали двумя руками, то одно очко.

Затем дети бросают палочку обратно, в квадрат. Если попадают в квадрат, засчитывается одно очко, если не попадают, очко не засчитывается.

Затем группы меняются местами и игра продолжается. Через некоторое время подсчитываются очки.

Правила игры. Ловить палочку надо, не мешая другому игроку. При ловле палочки можно сходить с места. Игрок, не выбивший палочку за пределы квадрата, пропускает ход.

Утушка (Бобешк)

Две девочки садятся друг против друга на стульчики. Ноги вытягивают вперед, носками вверх; носки соединяют — получается мостик.

Выбирается утка, остальные дети — утята. Утушка зовет своих утят скороговоркой: *Быстрей, быстрей, утятки,*

Быстрей, быстрей, дикие перышки.

Утята выстраиваются друг за другом вслед за утушкой и перешагивают через мостик, стараясь не задеть его. Тот, кто заденет мостик, выходит из игры, остальные переходят на другой берег.

Утушка вновь строит своих утят и они перешагивают через мостик, но мостик уже повыше (девочки ставят ногу на ногу и соединяют их). Играть могут от десяти до двенадцати человек.

Правила игры. Проходить следует осторожно, высоко поднимая ноги.

Выбей альчики из круга

На ровной утрамбованной площадке чертится круг диаметром 1—1,5 м. Отступив от круга на 2 м, проводится кон (черта), откуда дети будут начинать игру. В игре принимают участие два игрока. Каждый играющий ставит по два альчика; дети договариваются, кто будет делать первую попытку.

Если первый игрок не попадет в мальчики, попытку делает следующий игрок. Если и у него неудачная попытка, то продолжает игру тот, у кого дальше от круга отлетел мальчик. Если попытка удачная и он попадает, но его альчик, которым он бил, остался в кругу, то он становится на черту круга, откуда ему удобнее попасть в стоящие в кругу альчики. Если он потерпел неудачу, игру продолжает второй игрок.

Игра длится до тех пор, пока в кругу не останется ни одного альчика. В конце игры подсчитывается количество альчиков. Выигрывает тот, у кого больше альчиков.

Правила игры. Начинать игру надо с кона, затем в случае удачи продолжать с линии круга.

Тема 10. Таджикские национальные игры

Таджи́ки (тадж. *Тоҷикон*, дари *ناکى جات* [to:ˈdʒɪk]) – иранский народ, говорящий на различных диалектах персо-таджикско-континуума и населяющий регионы к востоку и северо-востоку от современного государства Иран, расположенные в современном Афганистане, Таджикистане, Узбекистане, Кыргызстане и Пакистане. Традиционный ареал проживания таджиков охватывает бассейн верховий Амударьи (Пянджа), Мургаба и Кабула, Зеравшанской долины, бассейны реки Зеравшан, а также бассейны Гильменда и Аргандаба. В Афганистане к таджикам также обычно относят персоязычное население бассейнов Герируда и озера Хамун. Для Афганистана характерны также другие варианты названия этой группы населения: фарсиваны (персоязычные), дехкане (оседлые земледельцы, то есть те, кто не ведёт кочевой образ жизни). В Таджикистане (и других странах Средней Азии) и Афганистане (вместе с Пакистаном) приняты две различные формы литературного языка таджиков: **таджикский язык** и **дари** соответственно.

Таджики представляют собой один из наиболее древних коренных народов Центральной Азии. Согласно наиболее обоснованной версии, этноним *تاجک* *tāǰik* связан происхождением со среднеперсидским *tāzīg* «араб» (*ранн.* *tācīk* от названия ближайшего к Ирану древнего арабского племени *Tāʾi*), совр. перс. *تاجات* [to:zi] или соответствующим согдийским словом (**tāzīk*), как на востоке иранского мира называли вторгшиеся под знаменем джихада в VIII веке арабские армии. В мусульманском завоевании Средней Азии рядом с собственно арабами массово участвовали и персоязычные новообращённые мусульмане из Фарса, Загроса и Хорасана. Персидский язык, родственный распространённым здесь согдийскому, бактрийскому и хорезмийскому оказался не только языком господствующего слоя расселявшихся персоязычных завоевателей, но и языком исламской проповеди и стал вытеснять местные языки, положив начало персоязычной мусульманской общности современных таджиков.

Контактировавшие с мусульманским миром тюрки усвоили иран-

ское название этой общности («арабы», то есть мусульмане) в виде *tāžik* и использовали его для обозначения земледельческого ираноязычного населения, обращённого в ислам. В словаре Махмуда Кашгари (XI в.) слово *тежик* трактуется уже как «перс» (سراڤلا *al-fārisi*). В таком значении оно вошло в тибетский и китайский язык (кит. 大食, пиньинь: *dàshí*). Захватившие Среднюю Азию тюрки Караханиды (840–1212) широко использовали слово «тежик» для обозначения подвластного оседлого иранского населения, противопоставленного тюркам как носителям кочевых традиций. Примечательно, что аналогичное употребление сложилось на другом конце иранского мира, где-то же по происхождению слово «*tačik*» стало обозначать всех мусульман в армянском языке.

Приложение этнонима «*таджик*» к оседлому персоязычному населению в Средние века было известно также на западе, на территории современного Ирана, но к Новому времени оно в целом было забыто, в ряде областей севера страны не выдержав конкуренции с синонимичным тюркским термином «*там*», распространённым прежде всего у огузских народов. Тем не менее до сих пор оседлое население Фарса зовётся «таджиками» в устах не только кашкайцев, но и луров.

Сбор тюльпанов (Лолачинакон)

Играющие делятся на группы по три человека. Каждая тройка становится на расстоянии 1 м друг от друга. Перед игроками проводится поперечная линия, с которой начинается игра. На расстоянии 15–20 м от нее проводится еще параллельная линия, а от этой чертится еще одна параллельная линия на расстоянии 0,5 м. Таким образом получается как бы коридор – *арык*. Выбирается водящий, его зовут Мавлюда. Водящий становится за линией арыка.

По первой команде тройки кладут руки на плечи друг другу, по второй команде игроки поют песни или рассказывают стихотворение и выполняют различные движения, продвигаясь вперед, в сторону арыка.

Примерно это выглядит так:

– Жили-были три девочки.

Игроки шагают.

– Собирали тюльпаны.

Опускают руки и имитируют сбор тюльпанов.

– Бежали-бежали,

До нового арыка добежали,

Все кладут руки опять на плечи и в тройках бегут до арыка.

– У нового арыка воды нет.

Постукивают ногами о землю.

– И Мавлюда болеет.

Опускают руки и бегут за начальную черту.

Мавлюда гонится за тройками и ловит убегающих до начальной черты. Если Мавлюде удастся поймать игроков, то водящий меняется местами с пойманным. Мавлюда становится в тройку на место последнего. Если Мавлюда долго не может поймать игрока, тогда можно выбрать другого водящего. В заключение отмечают лучшего водящего и игроков, которые ни разу не были пойманы.

Правила игры. Игроки должны доходить до линии арыка и убежать только после слов: «Мавлюда болеет». Водящий не имеет права выходить вперед, пока не услышит последнее слово. Если он выбежит раньше, пойманные не засчитываются.

Убегать можно только назад, за линию. Ловить следует в пределах всей площади до начальной черты. Если водящий коснулся игрока рукой, тот считается пойманным.

Горlinkка (Мусичабози)

В середине площадки чертится круг диаметром 5 м. На расстоянии 8–10 м от круга проводится линия. Игроки делятся на две команды. Первая команда становится внутри круга лицом к игрокам второй команды, т. е. к горlinkкам, которые стоят за линией.

По команде горlinkки начинают медленно шагaть в сторону игроков, находящихся внутри круга. Последние в это время напевают песню или произносят текст; движения, упоминаемые в нем, горlinkки должны имитировать.

Раз, два, три, четыре.

Я дочка устояра —

Довкний устояр (скакун),

Покорми горlinkку!

Бедная горlinkка,

Погрейся у сандала.

Я поглажу твой клювик,

Постригу твой хвостик!

Горlinkки на первую и вторую фразы начинают двигаться вперед и входят внутрь круга. Их окружают игроки первой команды. На третью и четвертую фразы игроки первой команды прыгают то на одной, то на другой ноге, изображая скакунов и кормление птиц (горlinkок) зернышками. Горlinkки подбегают к ним кормиться. На пятую фразу горlinkки внимательно слушают. На шестую фразу они якобы подлетают к сандалу. На седьмую фразу горlinkки вытягивают шеи вперед — подтягивают клювики. На последнюю фразу игроки первой команды бегут ловить горlinkок, а горlinkки убегают.

Каждый игрок старается дотронуться до одной убегающей горlinkки, т. е. постричь ей хвостик, а горlinkки стараются выбежать из круга и убежать за линию, где стояли первоначально. Пойманные горlinkки

при соединяются к игрокам первой команды. После того как поймана половина горлинок, команды меняются местами. Команда горл и нок, которая была наиболее ловкой, считается победительницей.

Правила игры. Игроков можно ловим, только до линии. Пока не произнесены последние слова, горлинкам убежать нельзя.

Сандал — низкий металлический столик-печка, который снизу имеет выемку, туда сыпают сожженный в печкеуголь. Сверху столик накрывают одеялом.

Немая игра (Гунгакбози)

Игроки садятся в круг. Выбирается водящий. ..

Он тоже сидит в кругу вместе с детьми. Водящий медленно толкает плечом игрока с правой (или левой) стороны от себя. Тот в свою очередь передает это движение соседу по кругу, и так продолжается до тех пор, пока движение не вернется водящему.

Смысл игры: заставить соседа заговорить или засмеяться. Если сосед один раз заговорил или засмеялся, то все игроки смотрят на него, а соседние игроки, т. е. сидящие по обе стороны от него, начинают гримасами сами смешить его. Если он не выдержит (засмеется или издаст какой-нибудь звук), то выходит из игры. Выигрывает тот, кто проявил большее самообладание.

Правила игры. Проигравшие должны в конце игры спеть, прочитать стихотворение или станцевать.

Тетка-наседка (Хола-хола)

Из играющих выбираются двое водящих. Один из них — орел, другой — курица, остальные — цыплята. На одной из сторон площадки чертится круг или квадрат, это гнездо орла. Орел находится в гнезде, а курица — в поле. Цыплята ходят за курицей, собирая зернышки.

По сигналу орел, разводя руки (крылья) в стороны, летает и пытается поймать цыплят. Цыплята не отходят от своей матери-курицы, прячутся за нее. Курица не дает возможности орлу поймать и унести цыпленка.

Когда орел гонится за цыплятами, курица, защищая их, приговаривает: «Я вырастила цыплят, не отдам тебе ни одного. Они останутся жить со мной, не смей забирать моих детей!»

Орел, не обращая внимания на кудахтанье курицы, пытается поймать цыплят и унести в свое гнездо. Орлу нелегко ловить их, так как они обманывают его, разбегаются в разные стороны поля.

Если орел уже поймал больше половины цыплят и унес к себе в гнездо, курица начинает звать цыплят: *ко-ко-ко*. Услышав ее голос, цыплята бегут в сторону курицы. Орел не пускает их. Они увертываются и любыми путями убегают.

Цыпленок, который не был пойман, при повторении игры становится орлом. Выигрывает тот цыпленок, который ни разу не был пойман, или тот орел, который быстрее поймал цыплят.

Правила игры. Орел начинает летать только по команде. Цыплята, гуляя по лугу, должны следовать за курицей и друг за другом, когда же они окажутся в трудном положении, то могут разбежаться в разные стороны, но не выходить за пределы поля. Курица имеет право сопротивляться и мешать ловить своих детей. Цыплята не должны выбегать из гнезда орла, пока не услышат голос курицы.

Спасение пойманных (Зиндакунак)

Считалкой выбирают три водящих. Они становятся на одной стороне площадки. Все остальные располагаются недалеко от них в ряд.

По команде дети разбегаются в разные стороны, а водящие стремятся их поймать. Пойманные игроки берутся за руки и в центре площадки становятся в круг. Водящие продолжают ловить игроков до тех пор, пока не останутся трое непойманных, которые стремятся одолеть к игрокам, стоящим в кругу, и выручить кого-либо из них. Если это удалось, то игроки опускают руки и убегают из круга. Если оставшимся игрокам долго не удастся подойти к кругу и коснуться одного из пойманных игроков, то они проигрывают. Игра начинается сначала, водящими становятся три непойманных игрока.

Правила игры. Игрокам нельзя выходить за пределы площадки. Пойманные игроки не должны покидать круг до тех пор, пока оставшимся три игрока не выручат их.

Прыгай через костер. (Аловпарак)

Аловпарак устраивается весною и летом на большой открытой площадке. В эту игру обычно играют в Новый год (*Соли нав*), в первый день весны (*Навруз*).

Играющие собираются на площадке, приносят дрова (ветки, палочки), складывают их вместо в виде костра. Обычно дети располагаются на расстоянии 10 м от костра. По сигналу играющие один за другим прыгают через костер: каждый старается, прыгая, не задеть дрова.

Правила игры. Пока один игрок не прыгнет, другому прыгать не разрешается. Нельзя задевать костер нарочно. Кто не осмелился прыгать, тот проигрывает.

Горный козел (Нахчирбози)

Играющие собираются на широкой площадке. Двух-трех детей назначают охотниками (*шикорчхо*), остальные – горные козлы (*нах-*

чир). Дети, изображающие горных козлов, ходят или бегают по всей площадке. По сигналу охотники гонятся за ними и стреляют (бросают мячи). Осаленный горный козел садится на землю, к нему подбегает охотник и дотрагивается до его спины. Это означает, что он пойман. Игра повторяется несколько раз.

Правила игры. Осаленный игрок должен сесть там, где в него попал мяч. В одного игрока могут бросать мяч сразу два игрока-охотника. Если игра проводится на площадке и в ней участвует много детей, можно выбрать двух-трех охотников. Охотники могут на талии завязать себе национальные платки.

Кто выше прыгнет (Баландпарак)

Играют обычно на склоне холма. Игроки собираются в указанном месте, разбиваются по парам. Определяется направление, куда они должны прыгать.

По команде ведущего каждая пара по очереди на двух ногах прыжками двигается снизу вверх по склону. Играющие прыжками произвольно доходят до определенного места и возвращаются обратно.

Правила игры. В момент прыжков нельзя толкать друг друга; ноги при прыжках надо держать вместе. Побеждает тот, кто быстрее преодолеет пространство, не нарушив правил.

Игра в лошадки (Аспакбози)

Игра является подражанием взрослым в скачке на лошадях. Для игры нужны палки (лошадки).

Игроки становятся в одну шеренгу у линии старта, которая чертится на одной стороне площадки. На другой стороне площадки на расстоянии 15–20 м от линии старта чертится линия финиша. По сигналу игроки садятся на своих лошадок верхом. Лево́й рукой держатся за передний ко́нец палки, а в правой держат веревочку (кнут). Игроки, произнося *чу*, бегут к линии финиша.

Правила игры. Без команды нельзя начинать игру. Во время бега надо стараться не мешать друг другу. На стартовую линию дети возвращаются после объявления результатов скачки. Для старших дошкольников расстояние может быть увеличено до 30 м.

Хоккей на траве (Чавгонбози)

Это древняя таджикская игра; в нее играют и дети, и взрослые.

С двух сторон поля в центре отмечают ворота. Одного или двух игроков назначают вратарями. Остальные игроки с клюшками в руках располагаются на поле. По сигналу игроки, передавая друг другу мяч, клюшками, сделанными из веток тополя, пытаются загнать его в во-

руки. Вратари стараются не пропустить его. Если удается забить мяч в ворота, игра начинается сначала.

Правила игры. Нельзя образовывать толпу, толкать вратарей, нельзя размахивать клюшкой.

Тема 11. Русские национальные игры

Русские (до начала XX века превалировал этноним «великороссы») – истинно славянский этнос, самый многочисленный коренной и доминирующий государствообразующий народ России (по данным Всероссийской переписи 2010 года составляет более 80 % населения), самый многочисленный народ на территории Европы. Есть крупные диаспоры на Украине, в Казахстане, США, Белоруссии и других государствах. Всего в мире насчитывается около 133 млн русских. По данным опроса ВЦИОМ, проведенного в марте 2010 года, 75 % русских, проживающих в России, считают себя последователями православия, также существенная доля людей, не исповедующих никакой религии. Национальный язык – русский.

Русский – частично субстантивированное прилагательное. Возникло от раннего двусоставного сочетания *русские люди, русский человек*, в котором вторая часть стала употребляться сравнительно редко (эллипсис). Древнерусское прилагательное *роусьскъ*, *роусьскыи* образовано от старославянского *роусъ* с помощью суффикса *-скъ*, который образует производные от названий местности, сравните *назаретьскъ* «из Назарета». *Рось* была одновременно названием государства восточных славян и их ранним этнонимом. Этноним *роусь* (ед.ч. *м.р.* роусинь, *ж.р.* роуска) употреблялся как самоназвание до XVIII века. С XVII–XVIII веков он постепенно заменился на искусственные *россияне*, а позднее с XVIII–XIX веков – на *великороссы*. В XVIII–XIX веках из разговорного языка в литературный привнес и закрепился уже известный этноним *русские*, которым однако в то время коллективно обозначали все три восточнославянских народа, и только после 1917 года (всеобщая перепись произошла только в 1926 г.) – только великорусов (великороссов).

Общая численность русских в мире в настоящее время составляет около 133 миллионов человек (по разным оценкам – от 127 млн чел. и 139 млн чел. до 150 млн чел. и 167 млн чел.), из них в России проживает 111 миллионов (2010 год) или около 77,8 % населения страны (в 2002 году – 116 миллионов или около 79,8 %). Из всех русских в мире 86 % живут в России, 11,5 % в странах бывшего СССР и 2,5 % в остальных странах.

С 1991 по 2006 год из-за эмиграции, депопуляции и смены национальной идентификации численность русских в странах бывшего СССР сократилась с 25-30 миллионов человек до 17 миллионов человек. В 2006 году больше всего русских за пределами РФ проживало на

Украине (более 8 миллионов человек), в Казахстане (более 6 миллионов человек), в Белоруссии (чуть больше миллиона человек), в остальных странах СНГ меньше (с учетом отсутствия данных по Узбекистану). В 2016 году число русских в Средней Азии оценивалось примерно в 4,7-4,8 миллионов человек, из которых более 3/4 живёт в Казахстане.

Составляют большую часть населения Российской Федерации, а также значительную часть населения в странах бывшего СССР: на Украине, в Белоруссии, Казахстане, Узбекистане, Латвии, Киргизии, Эстонии, Литве, Молдавии, Туркмении. Крупные диаспоры присутствуют в США, Канаде, Бразилии, Германии.

Русский язык принадлежит к восточной подгруппе славянских языков, входящих в состав индоевропейской семьи языков. В русском языке используется письменность на основе русского алфавита, восходящего к кириллическому алфавиту (кириллице).

В социологическом исследовании Института Гэллапа (Gallup, Inc), посвящённом отношению к русскому языку в постсоветских государствах, 92 % населения в Белоруссии, 83 % на Украине, 68 % в Казахстане и 38 % в Киргизии, выбрали русский язык для заполнения анкеты при проведении опроса. Институт обозначил этот раздел исследования как «Russian as the Mother Tongue» (Русский язык как родной язык). Словесные построения вопросов и практические сложности проведения опросов могли внести ошибки или предвзятость в результаты.

В США в штате Нью-Йорк в 2009 году внесена поправка в избирательное законодательство, в соответствии с которой во всех городах штата, в которых проживает более миллиона человек, все связанные с процессом выборов документы должны переводиться на русский язык. Русский язык стал одним из восьми иностранных языков в Нью-Йорке, на котором должны печататься все официальные материалы избирательных кампаний. Ранее в список были включены испанский, корейский, филиппинский, креольский языки и три диалекта китайского.

До 1991 года русский язык был языком межнационального общения СССР, де-факто исполняя функции государственного языка. Продолжает использоваться в странах, ранее входивших в состав СССР, как родной для значительной части населения и как язык межнационального общения. В местах компактного проживания эмигрантов из стран бывшего СССР (Израиль, Германия, Канада, США, Австралия и др.) выпускаются русскоязычные периодические издания, работают радиостанции и телевизионные каналы, открываются русскоязычные школы, где активно преподают русский. В Израиле русский язык изучается в старших классах некоторых средних школ как второй^[42] иностранный язык. В странах Восточной Европы до конца 80-х годов XX века русский язык был основным иностранным языком в школах.

Разговорный русский язык обязательно изучают все работающие на МКС космонавты.

Салки

Эта игра очень проста: выбирается один водящий, который должен ловить и осаливать разбежавшихся по площадке игроков. Но у этой игры есть несколько усложняющих ее вариантов.

1. Осаленный игрок становится водящим, при этом он должен бежать, держась рукой за ту часть тела, за которую его осалили. Первый же игрок, до которого водящий дотронется, сам становится водящим.

2. Осаленный игрок останавливается, вытягивает руки в стороны и кричит: «Тай-тай-выручай!». Он «заколдован». «Расколдовать» его могут другие игроки, дотронувшись до руки. Водящий должен «заколдовать» всех. Чтобы сделать это быстрее, водящих может быть двое или трое.

Прятки

Эта игра вам наверняка знакома, у нее, однако, много различных вариантов. Основные правила таковы: один человек водит, а другие — прячутся. Водящий должен отыскать всех игроков и осалить их до того, как они успеют спрятаться «дома». Водящий, выбранный с помощью считалки, становится в условленном месте с закрытыми глазами. Это место называется «око». Пока водящий громко считает до 20–30, все играющие прячутся на определенной территории. После окончания счета водящий открывает глаза и отправляется на поиски спрятавшихся. Если он увидит кого-то из укрывшихся игроков, он громко называет его имя и бежит на кон. В знак того, что игрок найден, надо постучать на кону о стенку или дерево. Если найденный игрок добежит до кона и постучит там раз пять водящего, то он не считается пойманным. Он отходит в сторону и ждет окончания игры. Водящий должен «застукать» как можно больше спрятавшихся игроков. В следующий раз водящим становится тот игрок, который был найден и «застукан» последним (или, по решению игроков, — первым). Каждый раз, когда водящий далеко отходит от око, спрятавшиеся игроки могут незаметно подкрасться к кону и постучать. В этом случае они не будут считаться обнаруженными.

Гуси

На площадке на расстоянии 10–15 метров проводят две линии — два «дома». В одном находятся гуси, в другом их хозяин. Между «домами», между «горой», живет «волк» — водящий. «Хозяин» и «гуси» ведут между собой диалог, известный всем с раннего детства:

- Гуси, гуси!
- Га-га-га!
- Есть хотите?
- Да-да-да!

— Так летите!
— Нам нельзя. Серый волк под горой не пускает нас домой!
После этих слов «гуси» стараются перебежать к «хозяину», а «волк» их ловит. Пойманный игрок становится «волком».

Горелки

Играющие выстраиваются в колонну парами, взявшись за руки. Водящий стоит перед колонной в нескольких шагах, спиной к играющим. Он говорит: Гори-гори ясно, Чтобы не погасло. И раз, и два, и три. Последняя пара беги! На слово «беги» пара, стоящая последней, должна быстро оббежать колонну и встать впереди. А водящий стремится опередить их и занять одно из мест первой пары. Тот, кому не хватило места, становится водящим.

Вместо слов «последняя пара» водящий может произнести: «Четвертая пара» или «Вторая пара». В этом случае всем играющим надо быть очень внимательными и помнить, какими по счету они стоят в колонне.

У медведя во бору

На площадке чертят две линии на расстоянии 6–8 метров одна от другой. За одной линией стоит водящий — «медведь», за другой «дом», в котором живут дети. Дети выходят из «дома» в «лес» собирать грибы и ягоды. Они подходят к медвежьей берлоге со словами: У медведя во бору Грибы, ягоды беру. А медведь не спит, Все на нас глядит. На последних словах «медведь» выскакивает из «берлоги» и старается осалить убегающих в свой дом детей. Осаленный «медведем» игрок становится «медведем».

Красочки

Выбирается водящий — «монах» и ведущий — «продавец». Все остальные играющие загадывают в тайне от «монаха» цвета красок. Цвета не должны повторяться. Игра начинается с того, что водящий приходит в «магазин» и говорит: «Я, монах в синих штанах, пришел к вам за красочкой». Продавец: «За какой?» Монах называет любой цвет, например: «За голубой». Если такой краски нет, то продавец говорит: «Иди по голубой дорожке, найдешь голубые сапожки, поноси да назад принеси!» «Монах» начинает игру с начала. Если такая краска есть, то играющий, загадавший этот цвет, пытается убежать от «монаха», а тот его догоняет. Если догнал, то «краска» становится водящим, если нет, то краски загадывают вновь и игра повторяется.

Жмурки

Игра проходит на небольшой ограниченной площадке, на которой нет никаких препятствий. Водящему завязывают глаза, или он просто закрывает их. Он должен с закрытыми глазами осалить кого-нибудь из играющих. Играющие убегают от водящего, но при этом не заходят за пределы площадки и обязательно подают голос — называют водящего по имени или кричат: «Я здесь». Осаленный игрок меняется ролями с следующим.

Аленушка и Иванушка

Выбирают Аленушку и Иванушку, завязывают им глаза. Они находятся внутри круга. Играющие встают в круг и берутся за руки. Иванушка должен поймать Аленушку. Чтобы это сделать, он может звать ее: «Аленушка!» Аленушка обязательно должна откликаться: «Я здесь, Иванушка!», но сама она не очень-то торопится встретиться с Иванушкой и, чувствуя его приближение, отбегает в сторону. Движения водящего хаотичны и иногда неожиданны. Случается, Иванушка принимает за Аленушку кого-то из стоящих рядом и скорее хватается за него. Ему обязательно ошибку. Как только Иванушка поймал Аленушку, их место занимает другое ребята и игра начинается сначала.

Казак-разбойники

Играющие делятся на две группы. Одна изображает казаков, другая — разбойников. У казаков есть свой дом, где в течение игры находится сторож. В его обязанности входит охрана пойманных разбойников. Игра начинается с того, что казаки, оставаясь в своем доме, дают возможность разбойникам спрятаться. При этом разбойники должны оставлять следы: стрелки, условные знаки или записки, где указывается место следующей отметки. Следы могут быть и ложные, для того чтобы ввести казаков. Через 10–15 минут казаки начинают поиски. Игра заканчивается тогда, когда все разбойники пойманы, а пойманным считается тот, кого увидели казаки. Игру лучше проводить на большой, но ограниченной какими-либо знаками территории. По окончании игры казаки и разбойники меняются ролями.

Удочка

Удочка — это скакалка. Один ее конец в руке «рыбака» — водящего. Все играющие встают вокруг «рыбака» не дальше чем на длину скакалки. «Рыбак» начинает раскручивать «удочку», пытаясь задеть ею по ногам играющих. «Рыбки» должны уберечься от «удочки», перепрыгнуть через нее. Чтобы «рыбки» не мешали друг другу, между ними должно быть расстояние примерно в полметра. «Рыбки» не должны сходить со сво-

их мест. Если «рыбаку» удалось поймать «рыбку», то есть дотронуться «удочкой», то место «рыбака» занимает пойманная «рыбка». Необходимо соблюдать такое условие: скалку можно крутить в любую сторону, но нельзя поднимать ее от земли выше, чем на 10–20 сантиметров.

Кошки-мышки

Для игры выбираются два человека: один – «кошка», другой – «мышка». В некоторых случаях количество «кошек» и «мышек» бывает и больше. Это делается для того, чтобы оживить игру. Все остальные играющие встают в круг, взявшись за руки, и образуют «ворота». Задача «кошки» – догнать «мышку» (то есть дотронуться до нее рукой). При этом «мышка» и «кошка» могут бегать внутри круга и снаружи. Стоящие в кругу сочувствуют «мышке» и, чем могут, помогают ей. Например: пропустив через «ворота» «мышку» в круг, они могут закрыть их для «кошки». Или, если «мышка» выбегает из «дома», «кошку» можно там запереть, то есть опустить руки, закрыв все «ворота». Игра эта не проста, особенно для «кошки». Пусть «кошка» проявит и умение бегать, и свою хитрость, и сноровку. Когда «кошка» поймает «мышку», из числа играющих выбирается новая пара.

Тише едешь

Водящий и играющие находятся по разные стороны двух линий, которые прочерчены на расстоянии 5–6 метров друг от друга. Задача играющих – как можно быстрее дойти до водящего и дотронуться до него. Тот, кто это сделал, становится водящим. Но дойти до водящего не просто. Играющие двигаются только под слова водящего: «Тише едешь, дальше будешь. Стоп!» На слово «стоп» все играющие замирают.

Водящий, который стоял до этого спиной к играющим, поворачивается и смотрит. Если в этот момент кто-то из играющих пошевелится, а водящий это заметит, то этому игроку придется уходить назад, за черту. Водящий может смешить замерших ребят. Кто рассмеется, также возвращается за черту. А затем игра продолжается.

Тема 12. Грузинские национальные игры

Грузины (самоназвание – *картвелеби*, груз. ქართველები) – народ картвельской языковой семьи. Большая часть грузинской нации сосредоточена внутри границ Грузии. Также немало грузин живёт в восточных провинциях Турции и во внутренних районах Ирана, особенно в городе Ферейдуншехр.

Благодаря удалённости грузин от основных путей вторжений и миграций территория Грузии оказалась объектом большой демографи-

этнической однородности, благодаря чему современные грузины являются прямыми потомками коренных жителей Кавказского перешейка. По этноисторическому принципу грузинский народ включает три группы: абхазскую, сванскую и мегрело-лазскую, причём последние две входят в отдельные (от грузинского) языковые группы картвельской семьи. Большинство грузин традиционно исповедует христианство (православие), которое принято 6 мая 319 года. В большинстве своем антропологически относятся к понтийскому и кавказскому типам европеоидной расы.

На то, что грузинский этнос сложился из родственных (картвельская) и неродственных элементов, а его территория расширилась путём ассимиляции других племён, в основном кавказского происхождения, свидетельствуют предания из древнегрузинских хроник.

Грузинский народ формировался на основе трёх близкородственных племенных объединений: картвов, мегрело-чанов и сванов. Процесс формирования грузинской народности завершился в основном в VI–VII вв.

Грузия (груз. საქართველო [sak'art'welo], Сакартвело) – государство, расположенное в Западной части Закавказья на восточном побережье Чёрного моря, относится к Передней Азии и Ближнему Востоку; иногда рассматривается как часть современной Европы.

Грузия омывается водами Чёрного моря на западе, граничит с Россией на востоке и севере, Арменией и Турцией на юге, и Азербайджаном на юго-востоке.

Внутреннее название Грузии («Сакартвело») восходит к названию Картали (груз. ქართლი) – одна из основных историко-географических областей Грузии, колыбель её государственности. Европейское название Грузии «Геоργия» видимо происходит от св. Георгия, в связи с популяризацией святого и этих краях. Устоявшееся в русском и ряде других языков название *Грузия* происходит от «Гурджан», «Гурзан» из арабских, сирийских и других источников. Считается, что данные названия происходят от арабо-персидского «гурдж» («гурджистан» – «страна волков»), восходящему к персидскому «горг» – «волк» и связанному с древнеперсидским Вркан.

Игра в колокол (Заробана)

На площадке чертится круг диаметром 5 м, от которого на расстоянии 10–12 м ставится флажок на подставке (или стойке высотой 1–1,5 м).

Десять–двенадцать игроков становятся внутри круга (у самой линии), берутся за руки и, расставив их в стороны, образуют колокол. Один игрок назначается языком колокола, который двигается внутри круга и повторяет: «Сломаю колокол...» Внезапно он подбе-

гает к какой-нибудь паре детей и пытается разорвать их сцепленные руки — сломать колокол. В случае если языку это удастся, он бежит по направлению к флажку, а его преследуют те двое игроков, между которыми он разорвал круг.

Если убегающий успеет дотронуться до флажка раньше, чем его осалят преследователи, он имеет право еще раз выполнить эту же роль. В случае, если его осалят (коснутся рукой), то ловишка занимает место языка, а остальные двое игроков встают в круг. Если же убегающего одновременно осалят оба догоняющих, то языком становится один из них по жребияу, а другой вместе с бывшим языком становится в круг.

Правила игры. Языка можно салить только до того, пока он не коснулся флажка. Во время преследования языка пробегать через круг запрещается. Прорывать круг между одними и теми же игроками запрещается. После каждого прорыва рекомендуется смещать колокол вправо или влево на несколько мест. С целью усложнения игры колокол может постоянно медленно двигаться вправо или влево (по указанию ведущего).

Конное поло (Цхенбурти)

На площадке длиной 8–12 м проводят стартовую и финишную линии. В середине площадки на расстоянии 1 м друг от друга чертят 2–3 круга диаметром 40–50 см. Между стартовой и финишной линиями вдоль этих кругов с обеих сторон на расстоянии 1–1,5 м проводят линии метания.

Игроки делятся на две команды, по пять-шесть человек в каждой, и строятся в колонны у стартовой линии. Команды играют поочередно, у каждого игрока мяч малого размера. Игрок первой команды по сигналу скачет на лошади (палке с изображением головы лошади) вдоль линии метания и на ходу старается попасть мячом в один из начерченных кругов, после чего скачет до линии финиша и останавливается за ней.

Игру продолжает второй игрок первой команды и так далее, пока все игроки не выстроятся в колонну за финишной линией. Затем в игру поочередно вступают игроки второй команды и также выстраиваются в колонну за линией финиша. При повторении игры всадники скачут в обратном направлении и вновь выстраиваются за стартовой линией. Каждое падение в круг дает команде одно очко. Побеждает команда, набравшая наибольшее количество очков.

Правила игры. Последующий игрок вступает в игру только после того, как предыдущий пересечет линию финиша (при повторении — линию старта). Метание мяча в круг должно происходить в движении. При броске нельзя заступать за линию метания.

Вариант. Игру можно проводить на время. В этом случае побеж-

зает вымпел, которая в течение определенного времени наберет большее количество очков.

Снятие шапки (Кудис агеба)

На одном конце площадки у стартовой линии, на расстоянии 3–4 м друг от друга выстраиваются две колонны играющих. Напротив каждой из них в землю втыкаются по две палки (или ставятся стойки высотой 1 м); ближние на расстоянии 2–3 м, а дальние 7–8 м от стартовой линии. На дальние палки вешается по одной шапке. Первые игроки обеих команд по сигналу бегут в дальний конец площадки, снимают шапки с палок, возвращаются к палкам у стартовой линии и вешают шапки на палки. Затем подбегают к последующему игроку своей команды, касаются ладони его вытянутой руки и становятся в очередь вымпела. Последующие игроки команд быстро бегут вначале к ближним палкам, снимают с них шапки, затем бегут к дальним палкам и вешают их на палки. После чего они возвращаются к стартовой линии, чтобы коснуться рукой ладони следующего игрока своей команды, и так далее, пока все дети по разу не примут участия в игре. Выигрывает команда, раньше закончившая игру.

Правила игры. Последующий игрок вступает в игру лишь после того, как его руки коснется предыдущий. Если игрок уронит шапку, он обязан подобрать ее и повесить на палку.

Игра с прутиками (Сахреоба)

В середине площадки проводится продольная линия длиной 10–12 м. В одном конце по обе стороны этой линии и перпендикулярно ей вкалывают пять — семь *сахре* (тонкие палки или прутья диаметром 1 см, длиной 70–80 см) на расстоянии 20–25 см друг от друга (можно предварительно провести линии). До *сахре*, параллельно им, на расстоянии 1–2 м проводятся стартовые линии. В другом конце продольной линии на расстоянии 6–8 м от последних *сахре* устанавливается флажок на подставке высотой 1 м. Игроки делятся на две команды и шеренгами выстраиваются каждая на своей половине площадки за линией. Первые игроки становятся у стартовой линии и по сигналу на одной ноге перепрыгивают через *сахре*, затем бегут на флажок, касаются его рукой. После этого, обегая все *сахре* с обратной стороны, каждый бегун возвращается к стартовой линии, у которой уже стоит следующий игрок команды, касается его вытянутой руки и становится на свое место в шеренге. Игру продолжает следующий игрок по команде и т. д. Выигрывает команда, которая раньше закончит игру.

Правила игры. Последующий игрок вступает в игру только после того, как предыдущий коснулся рукой его ладони. При пере-

прыгивании через сахре нельзя их пропускать, а также менять ногу. Игрок обязан коснуться флажка. В случае, если игрок сойдет с сахре, он должен вернуть его на прежнее место и только после этого продолжить игру.

Конно-спортивная игра (Кабахи)

В середине площадки длиной 12–16 м ставится стойка высотой 1–1,5 м с подставкой, на которую сверху помещают мяч большого размера. От стойки на расстоянии 2–3 м проводятся линии метания. Игроки делятся на две команды по шесть – восемь человек и располагаются шеренгами у стартовых линий, начерченных по обоим концам площадки. Всадники сидят верхом на лошадях (палки с изображением головы лошади), у каждого в руках мяч малого размера. Игрок первой команды, который определился по жребию, скачет к линии метания, стараясь попасть мячом в большой мяч, помещенный на подставку стойки, после чего возвращается на свое место. В игру вступает первый игрок из второй команды и т. д. Каждый мяч, попавший в цель, дает команде одно очко.

Кабахи – конно-спортивная игра со стрельбой из лука в цель. Всадники должны на скаку попасть стрелой в кубок. В варианте для детей стрельба из лука заменена метанием мяча.

Побеждает команда, набравшая большее количество очков.

Правила игры. Переступать за линию метания запрещается. Игроки команд вступают в игру поочередно (сразу же после выполнения метания соперником).

Вариант. С целью усложнения игры ее можно проводить на время. В этом случае команды играют поочередно и побеждает та из них, которая в течение определенного времени наберет большее количество очков.

Метание копья (Исинди)

На площадке длиной 12–16 м на расстоянии 4 м от ее лицевых линий проводятся две линии вызова. Посередине лицевых линий, за пределами основного игрового поля чертятся стартовые площадки (квадраты площадью 1 м²), куда становятся игроки обеих команд, начинающие игру.

В игре участвуют две команды по шесть – восемь детей, которые выстраиваются друг против друга по обе стороны стартовой площадки. В одной руке они держат *исинди* – метательную бамбуковую палку длиной 70–80 см, диаметром 1,5 см с тупыми концами, один из которых имеет предохранительную головку из кожи или ткани. Другой рукой наездники поддерживают за уздцы лошадь (палку с изображением головы лошади). По сигналу один из игроков первой команды

Игрок первой команды вынужден на площадке по направлению к противнику. Если игрок второй команды перебрасывает исинди через голову соперника, то игрок возвращается на стартовую площадку, т. е. делает ему вызов, затем быстро возвращается и свистит к своей команде.

После этого игрок, стоящий на стартовой площадке, получив вызов, возвращается и преследует убегающего, метает в него исинди, стараясь попасть до того момента, пока первый успеет перейти линию вызова на своей половине поля. Ретирующийся игрок имеет право покинуть площадку в воздухе.

Игроком второй команды, успев ли игрок метнуть исинди в преследующего, пока тот не пересек линию вызова и только после этого возвращается и бежать к своей команде. Следующий игрок первой команды возвращается со стартовой площадки, как только соперник пересек линию вызова, и, преследуя его, также метает исинди. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не примут в ней участия. Каждый игрок возвращается на свое место в шеренге у лицевой линии.

Стартовую площадку последующие игроки занимают сразу же после их освобождения. Результаты игры оцениваются следующими показателями: попадание исинди в соперника + 1 очко ловля исинди в воздухе + 1 очко переброс исинди через голову противника + 1 очко если игрок не пересек линию вызова противника — 1 очко если игрок на стартовой площадке раньше времени покинул ее (не пересек линии соперником линии вызова) — 1 очко попадание исинди в игрока при вылете — 1 очко.

Важным показателем длины выявляет разница между положительными и отрицательными очками.

Правила игры. Игроки должны четко соблюдать последовательность действий. Попадание исинди в игрока засчитывается только в пределах поля боя (пространства между линиями вызова).

Плоский камень и мяч (Берабурти)

В центре конца площадки вертикально устанавливается *бера* (плоский камень или фанерный щит размером 30X30 см), от которого на расстоянии 2-3 м проводится линия метания. Играют две команды, по десять — десять детей в каждой. Одна из команд (начинающая по жребию) выстраивается за *бера* у стартовой линии. Игроки второй команды свободно располагаются на площадке напротив *бера*. Первым игрок первой команды подбрасывает мяч (среднего размера) вверх правой рукой и ударом ладони другой сильно отбивает его, стараясь тем самым дальше послать его на площадку. Игроки второй команды пытаются поймать мяч на лету. В случае если игрокам не удастся поймать мяч на лету и он упадет на площадку, то один из них, подобрав

мяч, становится на линию метания и старается попасть мячом в бера. За попадание в цель команда получает одно очко. Мяч в игру каждый раз вводит следующий игрок первой команды. Когда все игроки этой команды выполняют отбивание мяча (на площадку), команды меняются местами. Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.

Правила игры. Метание в бера игроки выполняют поочередно, удобным для себя способом. Засчитывается лишь прямое попадание в бера (после отскока от площадки попадание в бера не засчитывается).

Игра в лягушек (Бакакоба)

На площадке чертится круг диаметром 3–4 м, от которого на расстоянии 6–8 м обозначается домик. Игроки делятся на две команды по 6–8 детей. Одна из них по жребию становится в круг на четвереньки: они – лягушки – скачут, квакают. На головах у них шапки. Игроки второй команды свободно располагаются за линией круга, стараются снять с них шапки, используя обманные движения, и донести, их до домика. Убегающих преследуют лягушки, у которых сняли шапки. Они пытаются осалить убегающих (коснуться их рукой), прежде чем последние успеют вбежать в домик. Если это им удастся, команде лягушек засчитывается столько очков, сколько игроков они осалили. В противном случае очки получает другая команда. Каждые 3–4 минуты команды меняются местами.

Правила игры. Лягушкам не разрешается выходить за пределы круга до тех пор, пока с них не снимут шапки. В кругу лягушки передвигаются на четвереньках, а за его пределами преследуют убегающих обычным бегом. Снимать шапки разрешается с нескольких лягушек. В этом случае они могут осаливать любого из убегающих и даже нескольких игроков.

Мяч в кругу (Цребурти)

В центре площадки чертят два концентрических круга: малый диаметром 1,5–2 м, большой – 3–4 м. Из центра круга на расстоянии 6 м по обе стороны площадки обозначаются домики.

В игре участвуют десять – двенадцать детей. Несколько из них по жребию становятся в малый круг, остальные равномерно располагаются за линией большого круга. Один из игроков, находящийся в малом кругу, по сигналу передает мяч (среднего размера) одному из игроков большого круга, который сразу же возвращает ему мяч. Последний игрок посылает мяч тому же игроку, а сам быстро бежит в один из домиков. Его напарник, поймав мяч руками, старается осалить убегающего. В случае, если ему удастся попасть мячом в убегающего, осаленный остается в домике, а салка занимает место в малом кругу.

Игру продолжает следующий игрок из малого круга. Если же игроку не удастся осалить убегающего, то оба возвращаются на свои места. Игру также продолжает следующий игрок из малого круга. Игра длится 5–6 минут.

Правила игры. Игрок считается осаленным, если мяч коснулся его до входа в домик. Если при передачах в паре игроки два-три раза теряют мяч, игру продолжает следующая пара. Салить разрешается и с места, и в движении. Пойманный игрок возвращается в игру и становится за линией большого круга после того, как будет осален следующий игрок. Игроки не дол

Тема 13. Казачьи национальные игры

Казакі (др.-русск. *козакъ*; укр. *козак*; польск. *kozak*; лит. *kazokas*; белор. *казакі*; а также *черкасы*) – представители казачества, сложной этносоциальной культуры, сформировавшейся на украинских Московского государства и Речи Посполитой. (в том числе приписное реестровое казачество).

Термин «казакі» был принят на Руси для обозначения независимого вооруженного населения на различных незаселённых территориях, т. н. *украинах*. До конца XVII века в Русском царстве также существовали особые категории служилых людей – беломестные казаки и городовые казаки, а в Речи Посполитой – надворные казаки, реестровые казаки, охочекомонные казаки и грунтовые казаки.

К концу XIV века образовалось несколько крупных сообществ, проживавших в центральной Евразии возле крупных торговых путей того времени, в частности рек – в низовьях Днепра, Дона, Волги. К ним присоединилось заметное количество переселенцев из соседних к северу Московского, Литовского и Рязанского Великих княжеств, а также из прочих северо-западных земель. В результате, к началу XVI века две группы выросли в крупные вольные войска (Запорожское и Донское).

В «Великий голод» 1601–1603 гг. многие землевладельцы, не имея возможности прокормить своих боевых холопов, прогоняли их со двора. Спасаясь от голода, холопы, которых господа отказывались кормить, массами бежали на вольные украины. Беглые послужильцы, располагавшие оружием и боевым опытом, сбивались в ватаги, разбойничали, а также приняли значительное участие в формировании вольного казачества на Дону, Волге, Яике и других местах. Царские дипломаты многократно заявляли, что «воровские казаки» – это беглые боярские холопы, что именно они чинят разбой. Исаак Масса писал, что «в казаки или по большей части убежавшие от своих господ слуги (*Knechten*)». Аналогичные сведения сообщает автор «Хронографа» начала XVII века, называвший казаков «беглыми холопами и ярыжными ворами». Особый

интерес представляет «Повесть об Азовском осадном сидении» XVII в., возникшая в казачьей среде.

К началу XIX века казаки образовали самостоятельное сословие, сторожили государственные и внутренние этнические границы (пример – Кавказская война), постоянно посылали людей во множество войн и даже служили в личном конвое царя. В ответ они имели значительную социальную автономию, широкие плодородные земли, освобождались от налогов и т. д. В результате к началу XX века казаки стали стереотипом России за границей и её власти внутри.

После распада Советского Союза началось систематическое возрождение казачества, многие казаки принимали участие в различных постсоветских конфликтах. Существует также множество казачьих обществ на территориях современных Казахстана, России, Украины, Белоруссии, Приднестровья, Абхазии, Южной Осетии и других стран.

Игра круг

Цель игры: развитие ловкости, меткости, точности движений. Чертился кон, но только вокруг коня чертился еще круг диаметром 2 метра, а от круга на расстоянии 2-5 метров чертилась линия откуда начинали бить по кону игроки. Игроки били по кону от линии, пока кто-нибудь не попадет в кон. Если выбитый альчик вылетал за предел круга, то игрок забирал его себе и имел право ещё раз бить, но уже от линии круга. В случае промаха бил следующий игрок. И так пока на коне не останется не единого мосла.

Игра в утку

Цель игры: развитие памяти, ловкости и точности движений. Играющие, человек 10 или 15 мальчиков и девочек, становятся рядом, сцепившись рука с рукой. Двое из крайних отрываются от вереницы и, представляя селезня и утку, подбегают под руки стоящих в ряду, что спереди, что сзади их; большей частью девушка, представляет утку, а догоняющий парень – селезня. Между тем, стоящие поют:

*Догони, селезень, утку,
Догони, молодой, утку!
Пойди, утушка, домой,
Пойди, серая, домой.
У тебя семеро детей,
Восьмой селезень.
Девятая утка,
Десятая гусыня.*

Между какого парюю следует домой утка, та и обязана заменить их, а они становятся на этом месте и игра продолжается по-прежнему.

Игра в редьку

Цель игры: развивать память, точность движений. Играющих детей 10-12, из них избирается **матка** и **торговка**, остальные детки садятся все в ряд, пред ними садится **матка**.

Торговка подходит к матке и говорит:

Торговка: «Кума, кума, продай редьки»

Матка: «Нет еще редьки, только пашут детки» *В это время детки, представляя, что пашут, скребут ногтями по земле.*

Торговка: «Кума, кума, продай редьки».

Матка: «Только сеют детки», *а дети, изображая посадку редьки, тычут пальцами в землю.*

Торговка: «Кума, кума, продай редьки»

Матка: «Нет еще редьки, только ростки пускает», *а дети, растопыря пальцы рук, приставляют их к земле.*

Торговка: «Кума, кума, продай редьки»

Матка: «Нет еще редьки, только всходит», *— приложив ладони обеих рук к земле, поднимают их вверх.*

Торговка: «Кума, кума, продай редьки»

Матка: «Выросла, купи!»

Торговка бросается к самому меньшему дитяти, берет его и показывает вид, будто вырывает редьку из земли, вытряхивает или будто бы отрясая землю. После этого торговка отводит дитя в назначенное место. После этого торговка идет рвать другую, третью «редьку» и т.д. до последней. Все детки теперь поступают в распоряжение торговки. Этим игра кончается.

Дергач

Цель игры: развивать ловкость, точность движений. *Игра совершается на току, где молотят хлеб. В праздничное время целая толпа молодых парней и девушек собирается к какому-нибудь балагану, на ток, и там между прочим затевается такая игра.*

К колу, врытому в центре каждого тока, привязывается бечева, а к концам ее привязывают двух играющих с завязанными глазами. Один из них представляет дергача (птицу), а другой — охотника. В руки играющего роль дергача дается палка с вырезанными на ней зубцами (вроде рубеля, которым катают белье) и небольшая скалочка, которую играющие, водя по зубцам, подражает крику дергача. В руки же охотника дается кнут или жгут. Охотник, прислушиваясь к крику дергача, изловчается ударить его кнутом. Промахи охотника, неловкие движения дергача, все это вызывает неумолкаемый хохот и остроту со стороны зрителей.

Кидалки-швырялки

Цель игры: развитие ловкости, меткости, точности движений. Метание камней в цель. Количество участников не ограничено. На определенном расстоянии устанавливается ряд целей. Возможна частичная маскировка их. Задача участвующих определенным количеством разновесных камней поразить все цели противника. Зимой хорошо осваивать «снежки».

Участник учится быстро определять расстояние до цели, соотносить силу броска с весом снаряда, точно поражать цель.

Лозины

Цель игры: развитие ловкости, меткости, точности движений. Участвуют до 10 человек. Делятся на две команды, в каждой команде выбирают «царя». Всем, кроме «царей» раздаются тоненькие ивовые прутики (можно по прутику в каждую руку). Задача каждой из команд дотрогнуться лозиной до «царя» противников. Каждое касание прутиком «замораживает» участника на 15 секунд. После трех касаний, участник выбывает из игры. Участники защищаются и атакуют только прутиками, элементы борьбы не допускаются. Хлестать по голове запрещается (в любом случае желательно иметь защитные очки). «Царь» может только убежать и уклоняться.

Игра помогает развить в ребятах способность работать в команде на достижение конечной цели, развивает базовые навыки сабельного и палочного боя, в том числе и против нескольких противников.

Мячики

Цель игры: развитие ловкости, меткости. Количество участников — от двух человек. Вариант первый «пеший». Одному из участников дают деревянную палку — макет шашки (можно в каждую руку), другому — несколько мячиков (отлично подходят мячи для большого тенниса). Задача первого защититься от мячей с помощью палки (либо с перемещением, либо, не сходя с места). Задача второго — попасть в противника мячиком. Вариант второй «конный». Правила и задачи остаются теми же, только участник усаживается на высокую лавку, спортивного коня или на плечи товарища.

Данная забава развивает навыки, в дальнейшем способствующие быстрейшему освоению сабельного или палочного боя, развивает координацию движений, учит «видеть» атаку и успешно отражать ее. «Пеший» вариант также развивает навыки уклонения и перемещения.

Тема 14. Армянские национальные игры

Армяне (арм. Հայեր, hayer[ha'jɛr]) – древний народ, говорящий на армянском языке, принадлежащем к индоевропейской языковой семье.

Является государствообразующим народом в Армении и непризнанной Нагорно-Карабахской Республике. Второй по численности народ в Ливане и частично признанной Абхазии и третий в Грузии и Иордании. Большинство верующих армян исповедуют христианство и являются последователями Армянской апостольской церкви.

Формирование армянского народа на территории Армянского нагорья началось с конца 2 тысячелетия до н. э. и завершилось к VI веку до н. э.

Самоназвание армян «hay» (арм. Հայեր, hayer[ha'jɛr]), согласно наиболее распространённому в мировой науке предположению, происходит от урартского названия области Хате или Хати (урартск.Ḫāti), позже известной как Мелитена, где проживали племена мушков, носителей протоармянского языка. Автором теории был известный востоковед И. М. Дьяконов.

Название страны *Армíния*, в которой проживали *армины*, встречается в Бехистунской надписи (в вавилонской версии надписи синоним Урарту) персидского царя Дария I, в 522 до н. э.. Название восходит к хурр. Armti-, области смежной с Мелитеной, расположенной в верховьях Тигра.

По другой версии, поддерживаемой рядом известных учёных (Г. А. Капанцян, В. В. Иванов) и более распространенной в самой Армении, армянским государством, от наименования которого происходит самоназвание армян, была Хайаса, о которой достаточно подробно рассказываются в древних хеттских клинописях между 1500–1290 гг. до н. э., ещё ранее, между 1650–1500 гг. до н. э. эта страна встречалась в хеттских клинописях под названием Арматана.

В начале 90-х годов был изложен альтернативный вариант миграционной гипотезы, предложивший альтернативную этимологию этнонима, протоармянами этот вариант считает народ неонийцев. Эту точку зрения поддержали Л. А. Гиндин и О. Н. Трубочёв. В. Л. Цымбурский, анализируя аргументы этой теории, считает её проблематичной, но и не отвергает. Самоназвание Армении грабарՀայր (hay-k') данной теорией выводится из племенного названия предполагаемых армян-неонийцев «Παίονες, Παϊόλαι, Παϊτοί».

Согласно народной мифологии армян (которая передавалась в устной и письменной форме несколько тысяч лет) самоназвание «хай» происходит от имени легендарного прародителя армянского народа Айка (Hayk).

Армения (арм. Հայաստան [hɑjɑs'tɑn]), полная официальная форма – **Республика Армения** (арм. Հայաստանի Հանրապետություն [hɑjɑstɑ'nihɑnrɑpetu'tʃjun]) – государство в Закавказье.

Расположена на севере Передней Азии, на северо-востоке Армянского нагорья. Выхода к морю не имеет. Граничит с Азербайджаном и непризнанной Нагорно-Карабахской Республикой (НКР) на востоке. На юго-западе с Нахичеванской АР, входящей в состав Азербайджана. С Ираном на юге, с Турцией на западе и с Грузией на севере. Армения контролирует часть территории Азербайджана (анклавы Кярки, Бархударлы, Софулу, Верхняя Аскипара), Азербайджан контролирует часть территории Армении (эксклав Арцашен).

28 мая 1918 года была провозглашена независимая Первая Республика Армении. 29 ноября 1920 года в Армении была установлена советская власть и образована Армянская ССР, которая входила до 1936 года в СССР в составе ЗСФСР, а с 5 декабря 1936 года – как союзная республика. 23 августа 1990 года Верховный Совет Армянской ССР принял декларацию о независимости Армении. Было объявлено, что на территории Армении действуют только Конституция и законы Республики Армения. 23 сентября 1991 года по результатам проведённого референдума Верховный Совет республики подтвердил независимость Армении. 22 марта 1992 года Республика Армения была принята в ООН, а 25 января 2001 года в Совет Европы.

Козлик-козлик (Эц-эц)

У всех участников игры (играют от восьми до шестнадцати человек) имеются палки длиной 1 м. Дети становятся шеренгой в центре площадки перед прямой линией. Один конец палки они ставят на носок ноги, а другой ее конец придерживают указательным пальцем правой руки. По сигналу ведущего игроки отрывают правую ногу от земли, отводят ее немного назад и с силой отбрасывают ею каждый свою палку. Чья палка упадет ближе, тот, очень быстро повторяя козлик-козлик (эц-эц), собирает все палки и передает ведущему.

Игру начинают сначала, т. е. играют два раза подряд. Второму проигравшему завязывают глаза. Он, размахивая палкой, должен по сигналу пойти вперед и постараться сбить палку, воткнутую в землю на расстоянии десяти – пятнадцати шагов от линии.

При удаче он возвращается и продолжает игру. В случае проигрыша он соревнуется в беге с тем, чья палка была воткнута в землю.

Правила игры. Бросать палки можно только по сигналу. Проигравшему, идущему с завязанными глазами, нельзя подсматривать. Проигравший соревнование в беге на время выбывает из игры.

Банки разрушились (Банка блвав)

В середину начерченного круга ставят три цилиндрические фигуры — банки — одну на другую. Выбирают водящего, который стоит у круга. Другие отходят на 3 — 5 м за линию, откуда бьют мячиками по банкам. Впереди этой линии отмечают границу другой линией, до которой водящий может ловить игрока. Не попав в банку, игрок бежит к своему мячику, берет его и старается вернуться на место. Если водящий поймает его в этот момент, они меняются ролями. Если игрок добежит до мяча и поставит на него ногу, водящий не должен ловить его, но он может поймать игрока, когда тот побежит с мячом обратно. Если же игрок попал в банки, он получает право спокойно вернуться на свое место.

В течение игры можно несколько раз попадать в башню из банок, разрушая ее. Разрушенную башню складывает водящий. Пока башня не восстановлена, водящий не имеет права бежать за игроками, поэтому игроки стараются отбить банки как можно дальше. Если водящий не успеет никого поймать, то все возвращаются на свои места и снова бьют по банкам. Но если он успеет поставить башню и поймать кого-нибудь из игроков, то меняется с ним ролями.

Правила игры. В башню из банок бьют, не заходя за линию. Преследовать игрока можно до условной линии, начерченной перед линией броска. Игроки должны брать только свой мячик.

Прятки (Тапкоци)

Играют две команды, которые возглавляют два капитана. Жеребьевкой определяют, кто будет прятаться, а кто — разыскивать. Для игры определяют «город» — дерево, стену, дверь и т. д.

Тех, кто должен прятаться, уводит капитан команды, указывает им места укрытия, а сам возвращается к команде, которая должна разыскивать спрятавшихся. Он ходит, все время выкрикивая: «Мы находимся... (называет местонахождение)!» Это помогает его команде ориентироваться: оставаться в укрытии или бежать завоевывать «город». Если же разыскивающие заметят хотя бы одного из спрятавшихся, они громко называют его имя и место укрытия, а сами группой бегут в «город». Команда, прибежавшая в «город» раньше другой, получает очко. Прячущаяся команда может подбежать и завоевать «город» еще до выявления местонахождения соперников или после того, как их увидели.

Правила игры. При повторении игры, если выиграли искатели, все игроки меняются ролями, а если нет, продолжают играть в том же порядке.

Пастух (Овивы)

Из числа играющих выбираются пастух и волк, остальные — овцы. Чертится линия-ручеек, по одну сторону от которого собираются пастух

и овцы, по другую сторону сидит волк. Овцы стоят позади пастуха, обхватив друг друга за пояс.

Волк обращается к пастуху: «Я волк горный, унесу!» Пастух отвечает: «Я пастух смелый, не отдам!»

Услышав не отдам, волк перепрыгивает через ручеек и старается дотянуться до овец. Пастух, расставив руки в стороны, защищает овец от волка, не позволяя ему дотронуться до них. Волк в случае удачи уводит добычу с собой. Игра начинается сначала, но меняются роли.

Правила игры. Волк переходит линию только после слов не отдам. Овца, до которой дотронулся волк, должна без сопротивления идти за волком.

Взятие в плен (Герои)

После жеребьевки участники двух команд становятся в две шеренги на расстоянии 3 — 5 м друг от друга. Каждый ряд в своей правой стороне чертит на расстоянии пяти-шести шагов круг диаметром 2,5 м — это убежище для пленников.

Получив право начать игру, первый номер одной команды подбегает к первому номеру другой команды и становится перед ним. Тот вытягивает одну руку, чтобы противник ударил его по ладони, и тут же готовится в беге поймать его. Игрок из первой команды ударяет три раза по вытянутой руке соперника, стараясь после третьего удара быстро и ловко убежать на свое место. Если ему не удастся убежать, он попадает в плен. После первых номеров соперничают вторые номера команд. Победителем становится та команда, которая смогла взять в плен больше пленных. Правила игры. Игрок вытягивает вперед руку, не сгибая ее в предплечье. Ударять три раза по ладони можно снизу или сверху. Не рекомендуется ударять выше локтя. При преследовании нельзя толкать противника. Вариант. В конце игры можно освобождать пленных. Это делает игрок, уверенный в своих силах. Он, ударив три раза по руке противника, бежит в сторону убежища и, хлопая рукой по руке каждого пленника, освобождает всех из плена, затем бежит на свое место. Преследователь в этом случае имеет право опять ловить убегающих и снова пленить их.

Правила игры. Пленные не должны выходить за пределы круга на встречу освободителю.

Освобожденный из плена игрок сам может стать освободителем. При освобождении пленных или при преследовании игроков остальные участники игры не имеют права вмешиваться. Нельзя забегать за черту другой команды.

Крепость (Берд)

Игроки делятся на две команды. Жеребьевкой определяют, какая из команд будет нападать, а какая будет защищать крепость. В центре поля кладут доску (камень) это и есть крепость.

По сигналу защитники окружают крепость на расстоянии 2 — 3 м и защищают ее от нападения соперников. Нападающие расходятся в разные стороны. Крепость считается завоеванной, если кто-нибудь из игроков наступит ногой на доску и не будет пойман защитником.

Нападающие составляют различные планы осады, подходят к защитникам и заговаривают с ними, стараясь их отвлечь. Когда нападающие сжимают кольцо защиты, представители последней стремятся поймать их. В такой момент нападающие прорываются в крепость по прямой линии, и тогда защитники, оставшиеся за прорванной линией, выбывают из игры. Нападающий, прорвавший цепь защитников, но не успевший поставить ногу на доску до того, как его поймают, тоже выходит из игры.

Правила игры. Нападающим засчитывается очко, если они завоюют крепость. Если же всех нападающих поймают защитники, то игроки меняются местами, но никто очко не получает. Выигрывает команда, набравшая пять очков.

Похитители огня (Крак пахиноци)

Игровая площадка прямоугольной формы (длиной 30 — 40 м, шириной 15 — 20 м). В каждом углу чертится круг диаметром 2 — 4 м. Каждый круг — крепость. Внутри прямоугольника, отступив от двух узких сторон на 4 м, чертят линии опасности (или линии огня) длиной 2 — 3 м. Играют две команды по десять — пятнадцать человек. Они располагаются вдоль линии опасности. Каждая команда имеет капитана и выбирает себе отличительный знак (элемент национального костюма). Право начать игру первым определяется жеребьевкой. По сигналу капитан команды, начинающий игру, подходит к противникам, легким ударом по руке любого из игроков берет огонь и убегает к своей границе. Тот бежит за ним, стараясь поймать, пока первый игрок не добежит до границы. Пойманный становится пленником, его сажают в крепость противника. Если не удастся поймать убегающего, а догоняющий игрок доходит уже до линии опасности, то из команды соперника выбегает другой игрок, стараясь взять в плен догоняющего.

Так продолжается игра до тех пор, пока все игроки какой-либо команды не окажутся в плену.

Правила игры. Когда к шеренге соперников приближается кто-либо из игроков, они все обязаны вытянуть вперед руки. Преследователь должен догонять противника до линии опасности, откуда начали игру.

Преследователь, догнавший убегающего, становится носителем огня. Он может подойти к шеренге соперника и, ударив по руке любого игрока, убежать обратно к своей границе как начинающий игру. В остальных случаях преследователи назначаются капитаном тайно. Одного убегающего может преследовать только один догоняющий. Выходить за пределы игровой площадки запрещается. Пленники освобождаются в том случае, когда их друг, получив огонь от соперника, беспрепятственно проходит в крепость и касается их рукой: они все быстро бегут к своей границе. Преследователь может ловить и освободителя, и освобожденного пленника. Остальные игроки не имеют права вмешиваться в игру.

Тестовый материал для практических занятий

1. Источником содержания игровой деятельности ребенка являются:
взаимоотношения с родителями;
окружающие его условия жизни;
нравственное и физическое развитие.
2. Игровая деятельность является следствием:
учебной деятельности;
спортивной деятельности;
трудовой деятельности.
3. Расстояние для скачек в горных условиях составляли обычно:
30 километров;
до 12 километров;
до 60 километров.
4. «Хъузонта» («вспомогатели») являются участниками:
джигитовки;
скачек;
охоты.
5. Спортивные игры произошли от:
трудовой деятельности;
народных подвижных игр;
джигитовки.
6. Сюжет, правила и цель игры составляют:
содержание игры;
форму игры;
правила игры.

7. Игра «ТОХСИ» является:
дагестанской национальной игрой;
осетинской национальной игрой;
кабардинской национальной игрой.

8. Национальные игры являются основой развития:
нравственных качеств;
физических качеств;
все ответы верны.

9. В зависимости от элементов и приемов игры джигитовка является разновидностью:
настольных игр;
скачек;
игрой, связанной с элементами сопротивления.

10. Коллективные игровые действия предполагают одновременное участие:
двух участников;
четырех и более участников;
все ответы верны.

11. Национальная игра «Борьба за флаг» являлась разновидностью:
джигитовки;
скачек;
поминальным обрядом.

12. Игра – это.....
совокупность производственных, общественных и духовных достижений людей;
исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности;
традиционно установившееся правила общественного поведения.

13. Расстояние для скачек на плоскости составляли обычно:
до 30 километров;
до 12 километров;
до 60 километров.

14. Соревновательный элемент игры присущ:
индивидуальным играм;
коллективным играм;
все ответы верны.

15. Состязания в стрельбе у осетин проходили:
в память об умершем;
во время свадебных обрядов;
все ответы верны.

16. Игра «Сбор тюльпанов» является национальной игрой:
кабардинцев;
таджиков;
осетин.

17. «Конное поло» — это национальная игра:
чеченского народа;
татарского народа;
грузинского народ

18. Игра «Волоча ногу» является национальной игрой:
таджикского народа;
чечено-ингушского;
грузинского.

19. Игра «Бег к реке» является национальной игрой:
черкес;
ингушей;
дагестанцев.

20. «Бой мешками с сеном верхом на бревне» является националь-
ной игрой:
грузин;
татар;
осетин.

21. В игре вся деятельность регулируется:
инстинктами
рефлексами
сознанием

22. Содержание игр изменяется:
в зависимости от экономики страны
с ростом и развитием ребёнка
с отношением ребенка к игре

23. Для учащихся 1-2 классов не доступны игры:
имитационные
игры сюжетного характера
со сложными движениями и взаимоотношениями

24. Учащихся 3-4 классов привлекают игры:
с соревнованием между отдельными участниками
между игровыми коллективами
творческие

25. Обучение детей подвижным играм целесообразно начинать:
с командных игр
с переходных игр
с некомандных игр

26. Объяснять игру необходимо:
по этапам
в том построении, из которого будет она начинаться
в процессе самой игры

27. Определение результата игры должно быть:
наглядным
поощрительным
с учётом правильно выполненных действий

28. В какой момент необходимо заканчивать игру:
видя утомление учащихся
потеря интереса к игре
были достигнуты цели, поставленные перед игрой

29. Игры в группах продлённого дня организует и проводит:
учитель физкультуры
воспитатель или учитель начальных классов
организатор внеклассной воспитательной работы и актив школы

30. Кем меняются правила в подвижных играх:
министерством образования
и роками
директором школы

Ключ к тестам

<i>№ вопроса</i>	<i>Правильный ответа</i>	<i>№ вопроса</i>	<i>Правильный ответа</i>
1	Б	16	Б
2	В	17	В
3	Б	18	Б
4	Б	19	В
5	Б	20	Б
6	А	21	В
7	Б	22	В
8	В	23	В
9	Б	24	Б
10	В	25	В
11	Б	26	Б
12	Б	27	В
13	В	28	В
14	Б	29	Б
15	В	30	Б

Литература

1. Детские подвижные игры народов СССР. Под редакцией Т.И. Осокиной. – М. Просвещение, 1988. – 239 с.
2. Гагиев С. З. Осетинские национальные игры. – Орджоникидзе, 1980.
3. Курысь В.Н., Баршай В.М., Стрельченко В.Ф. Подвижные игры. – М.: Издательство «Омега-Л», 2012. – 352 с.
4. Методика проведения осетинских народных игр: учебно-методическое пособие для воспитателей детских садов, учителей физической культуры школ, ПТУ, коллективов физической культуры. – Владикавказ: ИР, 1994.
5. Погадаев Г.И. Использование народных игр на уроках физ. культуры. – М.: Новый учебник, 2003.
6. Уарзиати В.С. Народные игры и развлечения осетин. – Владикавказ: Издательско-полиграфическое предприятие им. В. Гассиева, 2007. – 160 с.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Тема 1. Происхождение, развитие и социальная сущность игр.....	4
Тема 2. Классификация современных и национальных подвижных игр.....	8
Тема 3. Значение народных подвижных игр для детей дошкольного возраста.....	11
Тема 4. Методика проведения народных подвижных игр в детских образовательных учреждениях.....	15
Тема 5. Подвижные игры в педагогической практике.....	26
Тема 6. Осетинские национальные игры.....	30
Тема 7. Кабардино-Балкарские национальные игры.....	34
Тема 8. Дагестанские национальные игры.....	39
Тема 9. Чечено-ингушские национальные игры.....	43
Тема 10. Таджикские национальные игры.....	47
Тема 11. Русские национальные игры.....	53
Тема 12. Грузинские национальные игры.....	58
Тема 13. Казачьи национальные игры.....	65
Тема 14. Армянские национальные игры.....	69
Тестовый материал для практических занятий.....	74
Литература.....	78

основн конспект - 2
 классификация - 2
 организационный метод проведения - 6
 метод проведения младших - 2
 4-6 2
 7-9 2
 10-11 2

Учебно-методическое издание

**Ларионов Владимир Иванович, Годжиев Георгий Тимофеевич,
 Кусова Диана Олеговна, Калустьянц Каринэ Артемовна**

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Учебно-методическое пособие
 для студентов факультетов физической культуры и спорта,
 физического воспитания и преподавателей
 общеобразовательных учреждений

Книга издана в авторской редакции

Технический редактор — *Е.Н. Маслов*
 Компьютерная верстка — *А.В. Черная*
 Дизайн обложки — *Е.Н. Макарова*

Подписано в печать 19.03.2017.
 Формат бумаги 60×84 ¹/₁₆. Печать цифровая. Бум. 65 гр.
 Гарнитура шрифта «Times».
 Усл.п.л. 4,65. Тираж 100 экз. Заказ №56.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
 высшего образования
 «Северо-Осетинский государственный университет им. К.Л. Хетагурова»
 362025, г. Владикавказ, ул. Ватутина, 46

Отпечатано в Издательско-полиграфическом центре ИП Цопановой А.Ю.
 362002, г. Владикавказ, пер. Павловский, 3

24