**Старинные спортивные игры.**

**План:**

Введение

1. Городки
2. Русская лапта
3. Бабки
4. Жмурки
5. Горелки
6. Чехарда

Заключение

**Введение**

Возникновение физических упражнений и игр у русского народода
относится к первобытному обществу. Они отражали охотничью, рыболовную, скотоводческую, земледельческую, военную и бытовую деятельность. У древних народов бытовали верховая езда, метание разных предметов, стрельба из лука, разнообразные игры. Народы Севера с IV – III тыс. до н. э. применяли в труде (охоте) и быту
передвижение на лыжах, сравнительно широко состязательные игры с бегом, метание копья, дротиков и топора, гребля и плавание. Всемирно признанными считаются только 2 русских вида спорта - городки и лапта: .

**1. Городки**
Городки - это русская народная спортивная игра, суть которой состоит в выбивании палками с определенных расстояний из "города" пяти цилиндрических чурок или "рюх", составленных в виде различных фигур. По предположениям, игра возникла в 20-х гг. 19 в. в России.
Современные правила игры, в общем-то предельно просты. На земле размечают квадрат 2х2 м, который называется "город". В нем попеременно располагают различные фигуры, сложенные из цилиндрических деревянных чурок ("рюх") длиной 20 см. На расстоянии 13 м от "города" чертят линию - "кон", откуда игроки начинают игру. Другая черта находится от "города" на расстоянии 6,5 м - это "полукон". Игрок бросает биту - деревянную палку длиной около метра, и, если, он выбьет своим броском хотя бы 1 городок из сложенной фигуры, то переходит в "полукон" и совершает остальные броски с дистанции в 6,5 м. Партия в городки состоит из 15 различных фигур, только лишь названия которых незначительно менялись со временем. Победителем считается тот, кто затратит на выбивание всех фигур меньшее количество бросков.
Куда все сложнее с происхождением игры. Часто приходится читать, что городки пришли "из глубины веков", что большим поклонником игры был царь Петр Первый, но достоверных исторических свидетельств ни в летописях, ни в документах не найдено до сих пор. А первые документальные сведения об игре можно найти у европейцев, описывавших игру, как русскую народную забаву, широко распространенную в начале 19 века по всей территории России прежде всего среди простонародья. Но разумно предположить, что массовой игра стала задолго до описываемых событий. Современные археологические находки могут подтвердить, что уже в древнем Новгороде существовал прообраз этой игры и некоторые исследователи связывают его со скандинавской игрой "кубб", но при этом кажется странным, что в самой Швеции достоверные сведения о "куббе" относятся только лишь к началу века двадцатого.
Очень напоминает современные городки игра "Крегли", которую многие считают родоначальником городков. Посудите сами. Вот как описывалась эта игра. Название свое игра получила благодаря тонким круглым столбикам, высотой не более четырех вершков, т.е. примерно 18 см, называемым "креглями". Но, скорее всего, название это возникло от английской игры кегли с легкой руки впервые описавшего русские "городки" англичанина Д.-А. Аткинсона, сравнившего эту игру со знакомой ему английской. В самой же России игру называли городками, чушками, рюхами. На земле чертили два круга или четырехугольника на расстоянии 15-20 шагов друг от друга, а между ними выкапывали небольшую ямку, называемую маслом. В круге из креглей (чушек или рюх) ставили "города" следующим образом: одну креглю кладут на землю, две рядом с ней вертикально по сторонам, а четвертую сверху на боковые; с одного конца ставят пятую. Это построение напоминает современную фигуру "пулеметное гнездо", а раньше она называлась "баба в окне". Играющие делились на две половины и начинающий игрок бросал палку в круг соперника, т.е в соседний. Если он выбивал "город" или хотя бы одну креглю, то переходил на "масло" и уже оттуда бил остальные городки соперника. Выигравшей считалась команда раньше выбившая все крегли противника. При этом наказание проигравших было смехотворным - они обязаны были носить на своей спине победителей вокруг обоих кругов, осыпаемые шутками и насмешками. Возникнув, как игра простонародья, городки постепенно завоевывали популярность и в других слоях русского народа. Так игра в городки была любимым физическим упражнением для многих выдающихся деятелей отечественной науки, культуры, писателей. Среди них - академик И. П. Павлов, генетик Н. В. Тимофеев-Ресовский, певец Ф. И. Шаляпин, музыкальный критик и композитор В. В. Стасов, классики мировой литературы Л. Н. Толстой и А. М. Горький.
Существовал также "пыж", где игроки соревновались в выбивании битой стоящего на отдалении деревянного чурбачка цилиндрической формы.
Существовала на Руси и разновидность игры в бабки, называемая "городки", при которой игроки ставили попарно бабки или пыжи (деревянные чурбачки) в виде шестиугольника, что называлось "городить". В середине такого городка располагались три гнезда, называемые средовиной или сердцевиной. Такой бабочный городок били свинцовой или чугунной бабкой. Вообще, существует мнение, что название игры городки произошло именно от начерченной на земле фигуры с расположенными внутри предметами, будь то бабки, чушки или рюхи, что в большинстве игр носит название "город", "городок".

2. **Русская лапта**

Лапта - русская народная командная игра, происхождение которой уходит в глубь веков. Лапта упоминается в древних русских летописях, а в Новгороде археологами были найдены мячи и биты, что говорит, как минимум, о тысячелетней истории этой игры. Суть игры проста. Игроки одной команды выбивают битой - лаптой или лаптиной - мяч как можно дальше и во время его полета бегут через игровое поле и обратно, тогда как игроки другой команды стараются поймать мяч и попасть им в одного из бегущих соперников.
Лапта прежде всего была игрой простого народа, но уже при Петре Первом ее начали использовать, ка средство физической подготовки в армии. Впоследствие лапта стала использоваться для активного досуга. Как вид спорта лапта сформировалась уже после революции 1917 года, когда были упорядочены правила и сделаны первые шаги для проведения соревнований по лапте.
Название свое игра получила от плоской деревянной палки, используемой в качестве биты, на одной стороне которой делали рукоятку. Бита называлась лаптой или лаптиной. Зачастую вместо лаптины использовали обыкновенную круглую палку. Нехитрый инвентарь для игры дополнял мяч. Его изготавливали из кожи и набивали шерстью. По словам современников такие мячи стоили весьма не дешево, если у кого-то возникала нужда покупать их. В деревнях же весь "инвентарь" изготовляли самостоятельно. И для игры использовали поле, где проводили две черты на расстоянии 40-50 м друг от друга и шириной до 40 метров. На одном конце поля располагался "город", где стояла отбивающая команда. Черта на другом конце поля означала "кон".
Правила современной лапты мы не будем описывать, они мало чем отличаются от старых за исключением небольших деталей, характерных для той или иной местности России. Остановимся на правилах старых, вернее приведем описание этой игры, данное ей современниками.
"Для этой игры избирают двух маток. Палку, или лапту, бросают вверх и плюют на одну сторону, говоря: «Мокрого или сухого тебе надобно?» Если палка упала на мокрую сторону, тому быть маткой в городе; а на сухую сторону — в поле.
Прочие подходят попарно к маткам, спрашивая их: «Мокрого или сухого?» На ответ «мокрого» тот идет на сторону мокрого; на ответ «сухого» — на сторону сухого. Игроки разделяются на две половины: одна идет к своей матке и играет с ней, а другая идет в поле, чтобы ловить на лету падающий мяч. В других местах игру начинают конанием: двое из прославленных игроков, взяв палку, меряются между собой, кому из них быть маткой и кому начинать игру. Чья рука остановится на верхушке палки, тому быть маткой и начинать игру.
Одна половина игроков идет в поле и разделяет между собой места, где кому стоять и что делать: одни становятся посредине, другие — по бокам, и все обязаны ловить мяч. Один из полевых подает бить мяч. Кто не попадет палкой после третьего раза, тот лишается права бить мяч; кто бьет за каждым разом, тот продолжает бить до трех промахов.
Здесь большое искусство состоит в том, чтобы бить мяч высоко, после удара бежать к проведенной в поле черте, плюнуть там и воротиться назад непобитым к своему месту; но если мяч попадется в руки кому-либо из ловящих и застанет бегущего на черте в поле, тут используют всевозможные обманы, как бы побить мячом, а со стороны убегающего, как избежать удара. Если кого-то ударили мячом (запятнали или осалили), игра прекращается и передается другой половине игроков. Она прекращается и тогда еще, когда кто-то на лету схватит мяч, чтобы поймать который, необходимо иметь особую сноровку и силу в руке, потому что от сильного удара в руку ловящего бывает иногда такой ушиб, что сворачивает пальцы."
Побеждала та команда, которая совершила большее число пробежек из города в кон и обратно.
Русский писатель А. И. Куприн так охарактеризовал лапту: "Эта народная игра — одна из самых интересных и полезных игр. В лапте нужны находчивость, глубокое дыхание, верность своей партии, внимательность, изворотливость, быстрый бег, меткий глаз, твёрдость удара руки и вечная уверенность в том, что тебя не победят. Трусам и лентяям в этой игре нет места."

**3. Бабки**

Происхождение этой игры уходит корнями в глубь веков. На древнеегипетских рисунках можно найти изображения людей и богов, играющих в "бабки", а документальные подтверждения об игре появляются в Древней Греции, где игра получила название "астрагалос". Затем ее переняли римляне, а от них уже игра распространилась по всей Европе. Что же это за игра и откуда она получила такое название?
Бабкой называли первую фалангу пальца копытных животных. Кости обваривали в кипятке и сушили. Они отличались по размерам - самые крупные использовались, как "биток" - кость для бросания. В более поздние времена в биток иногда заливали свинец. Материал бабок, кстати, дал название широко известным до сегодняшнего дня игральным костям.
Основное правило игры состояло в том, чтобы, метая биток, сбить бабки других игроков и забрать их себе. Сшибленные бабки клали в свою казну - за пазуху, карман, в шапку - после игры их оставляли себе и продавали или меняли на что-то. Разновидностей игры существовало несколько и отличались они в основном расположением бабок на земле, способом "конания", то есть выбора начинающего, и способом броска битка. Разбирать все разновидности мы не будем, но упомянем лишь о трех, наиболее знакомых до настоящих дней, с той лишь разницей, что вместо костей использовались другие предметы, о чем мы упоминали выше.
"Плоцка". При игре в плоцку играющие располагали по две бабки, каждая такая кучка называлась "гнездом". Метали биток строго по очереди, для определения которой собирали все битки перед игрой и швыряли на землю, определяя очередность в зависимости от того, как далеко и каким боком легли кости. Начинающий бросал свой биток в гнезда, если попадал, то забирал сбитые бабки себе, если промахивался, то добавлял пару своих бабок к уже лежащим на земле, и так по кругу пока не останется ни одной бабки.
"Кон". Кон отличается лишь тем, что бабки складываются друг на друга, по этим правилам зачастую играли и монетами вместо бабок и было необходимо броском одной монеты сбить столбик сложенных на земле монет.
Следующая разновидность игры в бабки, вероятно, тоже знакома многим - это "пристенок". Бабкой ударяли о стену так, чтобы приземлившись на землю, она коснулась чужой бабки или упала на расстоянии пяди, т.е. расстояния между кончиками растянутых большого и указательного пальцев руки. Это называлось чоканием, а игрок, совершивший такой бросок, забирал чокнувшиеся бабки себе. Играли и монетами - в фильме "Уроки французского" есть сцена игры в "пристенок" на деньги.
Вообще, стоит отметить, что игра бабками как раз и дала толчок использованию вместо костей монет.

**4. Жмурки**

Жмурки, как и описанные выше горелки, представляют собой резвую, веселую беготню. В жмурки играли не только девушки, но и дети, а также взрослые молодые люди. Играли в жмурки и на улице, и в доме. В разных регионах России она могла называться по-разному, но суть игры оставалась похожей. Одной из девушек, а выбирали наиболее изворотливую, ловкую и резвую, завязывали глаза и отводили к стене. Ей отводилась роль слепого козла. На ее стуки в стену сбегались остальные девушки и начинали хлопать ее ладонями по спине и спрашивали, переменив голос: "Афанас, не бей нас; Афанас, ходи по нас". В Малороссии имя Афанас заменяли на Апанас, что, собственно, разное звучание одного имени.
После того, как козел развернется, девушки разбегались во все стороны, а козел должен был ловить их с завязанными глазами. Во время игры разбежавшиеся постоянно дразнят козла, шутят над ним, хлопают в ладоши или по спине козла. Когда удавалось поймать кого-то, то пойманная сменяла козла. Если же долго не удавалось кого-то поймать, то уставшего и запыхавшегося козла могли сменить из одного сожаления к нему.
В некоторых областях козел должен был угадать имя пойманного, и если ему удавалось правильно назвать по имени, то они менялись местами. В противоположном случае козел продолжать ловить дальше.

**5. Горелки**

Горелки есть не что иное, как беззаботное и веселое бегание, повод порезвиться. Игра в основном была девичья, но часто в нее принимали и юношей. Дети более младших возрастов играли все вместе. Игра состояла в следующем. Собравшиеся становились в круг попарно. Какую-то одну девушку ставили в центре круга "гореть". Как только девушки из круга начинают разбегаться в стороны, причем делать они должны это попарно, т.е. взявшись за руки, стоявшая в середине бросается их догонять. Если "горевшей" удается догнать какую-то пару и коснуться рукой - "разлучить" - то одна из разлученных девушек, становится в круг вместо нее.

**6. Чехарда**

"Чехарда", или правильнее "Чекарда", пришла к нам от монголов в 13-14 веках, о чем и говорит ее название, происходящее от татарского "чикерткә" - кузнечик. Сама суть этой игры выразительнее слов говорит нам о ее происхождении, ведь монголы были искуснейшими наездниками. Посудите сами. Игроки делятся на две половины и конаются, т.е. определяют кому быть нагнувшимися. Затем один из них, нагнувшись, встает к стене и упирается в нее головой, позади него встает другой в таком же положении, но держа голову под мышкой первого и так все игроки, кому по жребию выпало стоять у стены. Другая половина игроков друг за другом вспрыгивают верхом на стоящих у стены, при этом они не должны ни за кого и на за что держаться руками. Когда запрыгнут все, то последний запрыгнувший командует "Чекарда, ярда!" и сидящие верхом должны соскочить на землю. Если при запрыгивании и соскакивании никто не упадет, то все повторяется, в обратном же случае игроки меняются местами.
Есть и более простой вариант игры, когда игроки поочередно перескакивают друг через друга. Ставший первым нагибается и ждет пока через него перепрыгнут все идущие за ним. Таким образом переместившись в конец, игрок уже в свою очередь начинает перепрыгивает через нагнувшихся впереди. И так до бесконечности. Кстати, этот вариант игры послужил причиной происхождения переносного значения слова "чехарда" - частых изменений в чем-либо, создающих путаницу и неразбериху.

**Заключение**

Сегодня многие старинные народные игры, к сожалению, незаслуженно забыты и не пользуются особенной популярностью. К таким забытым видам спорта относятся и городки. Впрочем, в послевоенные годы городки были одним из самых массовых видов спорта в Советском Союзе. Инвентарь производился в промышленных масштабах, а площадки для игры были повсюду — на стадионах, в парках, пионерских лагерях и санаториях.

**Список используемой литературы:**

1. «История физической культуры и спорта. 7-е изд., стер» Голощапов Б.Р.

2. «Физическое воспитание в школе учащихся 10-11 класс»  Арзуманов С.Г.

3. «Физическая культура. 2-е изд., дораб. и доп»  Под ред. Григоровича Е.С., Переверзева В.А