Бюджетное учреждение

Ханты-Мансийского автономного округа - Югры

Центр социальной помощи семье и детям «Росток»

стационарное отделение

**«Игры детей Севера».**

Выполнил:

воспитатель Тихонова Л.С.

п.г.Игрим

2012г.

**Цель**:

обучать выполнению упражнений, направленных на развитие физических и творческих возможностей воспитанников.

**Задачи:**

познакомить с новыми национальными играми;

развивать функциональные возможности дыхательной и сердечно-сосудистой системы;

формировать межличностные отношения и коммуникативные качества детей.

**Оборудование:**

магнитофон; мяч, кубик, скамейка.

**Ход занятия:**

Организационный момент:

(дети сидят полукругом на скамеечке, звучит спокойная хантыйская музыка).

Добрый день!

Ну а что это значит?

**Дети:**

Значит, день был по-доброму начат,

Значит, день принесёт и удачи

И здоровье, и радость нам всем! Поддержание эмоционально-положительного настроя на урок; создание ситуации доверия.

**Мотивационный блок**:

Что помогает нам быть здоровыми? (Ответы детей)

– А ещё, чтобы не болеть, нужно много двигаться: бегать, прыгать, лазать, кататься на коньках, лыжах, велосипеде.

– Когда движения приносят нам радость? (Когда играем)

– Похлопайте в ладоши те, кто любит играть.

– Конечно, играть любят все! Играя, вы укрепляете мышцы, развиваете быстроту и ловкость, становитесь сильнее и смелее. И поэтому сегодня на уроке мы будем много играть: вспомним старые игры и разучим новую. Для этого отправимся на поляну игр вместе с героем из хантыйской сказки «Мальчик – Хозяин лесной земли» Сообщение целей урока.

Показать значение игры для здоровья человека.

Формировать осознанное отношение к здоровому образу жизни

**Подготовительный блок.**

Итак, сказка начинается.

В болотистом хвойном лесу на берегу речки жили-горевали бабушка и внук. Бабушка старая, а мальчик совсем маленький. Всех родных отнял у них слепой бессердечный великан.

Мальчик подрастал и часто спрашивал: «Где живет злой Менгк-великан?»

Бабушка боялась потерять внука и всякий раз отвечала:

— Не видала, внучек, не слыхала.

Жил мальчик с бабушкой дружно. Вместе они ловушки смотрели, ягоды и коренья собирали. Шли дни…

Стал мальчик крепнуть не по дням, а по часам. Ест, да бегает, пьёт, да прыгает.

– Попрыгаем и мы.

Давно доказано на деле:

Здоровый дух в здоровом теле,

Об этом забывать нельзя.

Зарядка всем нужна, друзья

(**Танцевально -ритмические упражнения типа «аэробика»)**

– Послушаем сердечко. Если сильно бьётся, ещё раз выполнить упражнения на восстановление дыхания. (Глубокий вдох, медленный выдох)

– Набрались силы? Хотите знать, что случилось дальше с мальчиком?

– Готовы быть не только слушателями, но и участниками сказки? Тогда, сказка продолжается…

Но вот внук подрос, смастерил небольшой охотничий лук и начал ходить один по ближнему лесу.

Однажды, приманивая рябчиков свистком из птичьей косточки, забрел мальчик в дальний бор.

Сосны в бору высокие-высокие, зелеными вершинами голубого Верхнего Мира касаются. Стволы у сосен гладкие и яркие, как летнее солнце. (Ходьба на месте на носочках, с поднятыми прямыми руками вверх, пальцы вместе, ладони внутрь)

Вдруг подул сильный ветер.

Ветер утих, и мальчик услышал музыку. Он хотел остановиться, но ноги несли его сами к этим чудесным звукам. Долго он шел, и на его пути встречалось много препятствий.

Пойдём и мы. Чтобы не шуметь, не топтать лесную травку, мы пойдём друг за другом, как один человек. (Дети встают в колонну, кладут руки на плечи соседей) Идём по лесу через бурелом. (Шагают с высоким подниманием бедра)

Впереди гора: выстраиваются в гору (И.П. – стоят в колонне, руки на плечах впередистоящего. Каждый член команды должен присесть, чуть ниже впередистоящего, так чтобы колонна стала похожа на гору.);

Где-то недалеко журчит ручеёк. Дети изображают ручеёк (держась за руки, стоят в шеренгу 1-й – стоя, 2-й – в приседе, 3-й – стоя и т.д.);

А вот высокий холм. (Подъём и спуск по гимнастической стенке) и отвесные скалы (соскок с нижней перекладины гимнастической стенки на пол).

Болото. Прыгаем с кочки на кочку.

Сосновый бор кончился, открылся широкий луг. На самой середине луга высился серый чум великана. (Стоят в кругу лицом внутрь, руки вверх ладошка к ладошке, руки тянутся к центру круга).

Это великан играл на тумране и заманивал его чудесной музыкой к себе в логово всех путников.

Увидел великан мальчика, захохотал так, что посыпалась зеленая хвоя с высоких сосен, а листья с березы опали разом все до одного.

Вдох на четыре счёта. Выдох на один счёт, произнося слово «ха»

Выбор данного жанра (сказка народов Севера) обусловлен возрастными психологическими особенностями восприятия детей данного возраста используется для привлечения внимания и заинтересованности воспитанников.

Способствовать формированию интереса к выполнению двигательных упражнений под музыку.

Развивать чувство ритма.

Развивать функциональные возможности дыхательной и сердечно-сосудистой систем

Формирование правильной осанки.

Развивать коммуникативные способности, умение взаимодействовать.

Развивать функциональные возможности дыхательной системы.

**Двигательный блок**

Великан прорычал: «Приведёшь мне стадо оленей, отпущу».

– Поможем мальчику?

– Поиграем в игру «Ловля оленей». Кто расскажет правила этой игры?

– Выберем пастухов с помощью считалки:

Бродит в тундре важенка,

С нею – оленята,

Объясняет каждому

Всё, что непонятно…

Раз, два, три

А ты – води

**Игра «Ловля оленей»**

Играющие делятся на две группы – «оленей» и «пастухов». «Пастухи» берутся за руки и становятся полукругом, лицом к «оленям». «Олени» бегают по очерченной площадке. По сигналу ведущего «Лови!» «пастухи» стараются поймать «оленей» и замкнуть в круг. Круг замы­кают тогда, когда поймано большее число игроков. «Олени» стараются не попадать в круг, но они уже не имеют права вырываться из круга, если он замкнут.

Привёл мальчик оленей, а великану всё мало. Он кричит: «Мало!»

– Нужна ещё наша помощь! Поможем? Тогда поиграем в игру «Охотничий мяч».

Водящего выбирают с помощью палки: кто последний дотронется. Тот и водит.

**Игра «Охотничий мяч»**

Игроки собираются кучкой вокруг «охотника». «Охотник» трижды подбрасывает мяч в воздух и ловит его. За это время игроки разбегаются по площадке, потому что «охотник», поймав мяч в третий раз, сразу же бросает его в ближайшего игрока. Игрок, в которого «охотник» попадает мячом, становится его «собакой» и должен ему помогать. «Собаки» не могут сбивать игроков, но могут схватить отскочивший мяч и бросить его охотнику. Игроки могут защищаться: если им удастся поймать мяч, они могут выбить "собаку», которая становится полноправным игроком.

Ещё привёл мальчик великану оленей. Собралось столько животных, что они побежали и растоптали великана.

Мальчик сказал: «Отныне нам не надо бояться прожорливых великанов. Больше нет свирепых великанов, и нет их лживой музыки. Здесь будет звучать музыка доброго хозяина Лесной земли». И прозвали мальчика «мальчик – Хозяин лесной земли». А поляна, где жил злой великан, стала местом для игр детей.

– Вот так хорошо закончилась эта сказка. В любой сказке добро побеждает зло. Какие качества характера помогли мальчику победить великана? (выносливость, сила, умение охотиться)

Все эти качества хантыйские дети развивают в детстве, играя в игры, подражая взрослым.

– Посмотрите на иллюстрации и скажите, в какие игры любят играть хантыйские дети?

Дети северных народов часто играют в «оленя». В этих играх тренируется умение набросить аркан на оленя, поймать бегущего оленя. Дети из этой игры создают целый спектакль. Они подражают оленям движениями и голосом.

Малыши ловят старших детей – «оленей» тынзянами (аркан), запрягают их. «Олени» везут их к реке.

Это одна из самых любимых игр хантыйских мальчиков. Как протекала игра? Обычно игроки находили дерево с широкой кроной. Один из игроков стрелял в её ветки так, чтобы стрела застряла. После этого остальные участники по очереди старались сбить её на землю. Побеждает тот игрок, который первым сбил стрелу.

Или: один из участников прячет шкурку с беличьей головкой, это белка. Другой участник игры должен найти её и сбить из лука.

Игра «Жмурки» 1-го из участников подводят к столбу, и все хором поют:

Где стоишь? У столба.

Что берёшь? Ягодки

Ищи меня два годика.

С этими словами все разбегаются. А стоящий у столба бросается за ними, ловит их.

Подражая взрослым, дети прыгают через маленькие нарты, запрягают собак и катаются на собачьих упряжках. Делают маленький чум.

– Какие качества тренируют эти игры? (Способствуют развитию мышц, ловкости, выдержки, воспитывают настойчивость, смелость, обучают знаниям и навыкам, необходимым оленеводу.)

– Молодцы! А вот и наш волшебный кубик, с помощью которого мы выбираем игры. На нём осталась только одна неизвестная нам игра. Подбросим кубик и узнаем её название. 1, 2, 3 – это игра «Убей медведя».

**Игра «Доброе утро, охотник!»**

Игроки становятся в круг, водящий – «охотник» – ходит за спинами игроков. Неожиданно «охотник» прикасается к одному из игроков. Этот игрок поворачивается и произносит: «Доброе утро, охотник затем идет по кругу, но в противоположном направлении. Обойдя полкруга, игрок и «охотник» встречаются, игрок вновь произносит: «Доброе утро затем оба бегут обратно, чтобы занять оставшееся пустым место. Тот, кто не успел это сделать, становится «охотником».

Охрана здоровья детей, снимается утомляемость, поддерживается эмоциональный настрой, развивается ловкость, выносливость.

Развитие скоростно-силовых качеств, смекалки, координации движений; воспитание решительности, смелости.

Развитие точности движений, быстроты, скорости, ловкости, глазом

Расширить кругозор воспитанников, развивать интерес к национальным играм.

Развитие ловкости, координации движений, воспитание настойчивости, смелости, решительности.

Итог занятия:

Понравились вам игры детей малочисленных народов Севера?

– Как вы думаете, почему дети ханты и манси играют в такие игры? (Ханты и манси – оленеводы, рыбаки и охотники. Желание охотиться по-настоящему, вместе со взрослыми, заставляет мальчиков выдумывать игры, направленные на обучение искусству охотника и на изучение самих животных и их повадок. Через игры дети открывают для себя мир и ценности своего народа.)

– Какие игры детей народов обских угров вы запомнили?

**Обобщить знания детей.**

Показать связь с жизнью

Рефлексия – Если вы сегодня на занятии получили заряд бодрости и энергии, укрепили своё здоровье, вам понравились игры детей севера, то выберите осколочек, из коробки, где нарисован веселый мальчик (для мальчиков), девочкам: где нарисована весёлая девочка. Если вы устали от занятия – из коробочки, на которой нарисованы грустные лица детей. Соберите все осколочки вместе, что у вас получилось?

Девочки: Сердце!

– Почему именно сердце? (Здоровое сердце у здорового человека)

– Кому вы подарили бы это сердце в нашей сказке?

Мальчики: Солнышко.

– Почему солнышко? (Солнышко – хорошее настроение. Чтоб здоровым быть, надо с хорошим настроением дружить. В солнечные дни можно играть на улице в игры детей севера.)

(В третьей коробочке лежат слёзки-капельки. Если кто-то их достанет, проводим рефлексию на улучшение самочувствия. Почему, у тебя плохое настроение? Как можно его улучшить? Сказать приятные слова. Дети говорят. Слёзки убираются) Вызвать у детей чувство радости, чувство удовлетворённости результатами занятия.