

## **НАРОДНЫЕ ИГРЫ КУБАНСКОГО КАЗАЧЕСТВА, НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕ ОСНОВНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ**

Постановление главы администрации Краснодарского края № 799 от 14.08.2004 г. «Об утверждении положения об образовании казачьих классов в общеобразовательных учреждениях на территории Краснодарского края» заметно активизировало работу по приобщению молодых поколений кубанцев к ценностям и идеалам казачьей культуры. Сегодня на Кубани функционирует около тысячи пятисот классов и групп казачьей направленности, шестнадцать школ носят статус «казачьи». В крае открыты шесть казачьих кадетских корпусов, развивается система казачьего начального профессионального образования. В то же время значительный рост не подкрепляется развитием на должном уровне методологической и методической подготовки учителей, работающих в классах и группах казачьей направленности.

Для того чтобы качественно подготовить молодого казака к несению воинской и иной службы, необходимо возродить традиционную казачью подготовку, основанную на православных традициях воинского служения Отечеству.

Перед педагогами, педагогами-организаторами, педагогами дополнительного образования, воспитателями, учителями физической культуры, работающими в объединениях и группах казачьей направленности, ставятся следующие задачи:

- развитие у обучающихся потребности заниматься физической культурой и спортом;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- развитие навыков гигиены и соблюдение режима дня;
- воспитание бережного отношения к окружающей природе, любовь к животным.

Неотъемлемой частью подготовки молодых казаков является физическая подготовка. В объединениях казачьей направленности много времени отводится военно-спортивной игре, потому что она воспитывает у детей чувство локтя, развивает силу, выносливость, сообразительность, смекалку, ловкость, вырабатывает волю к победе.

Игра – необходимый вид деятельности, в процессе которого применяется и обогащается накопленный детьми жизненный опыт, углубляются представления об окружающем мире, приобретаются навыки, необходимые для успешной трудовой деятельности, воспитываются организаторские способности.

Потребность в играх объясняется возрастными особенностями детей, их стремлением к активной практической деятельности, участию в жизни взрослых.

На протяжении трехсот лет на Кубани в среде казачества сформировались самобытные народные игры, которые развивались, передаваясь из поколения в поколение. Каждая игра, каждая забава имеет специфические функции,

совершенствует физические способности, морально-волевые и духовно-нравственные качества личности. Например, в игре «Лапта» совершенствуются навыки броска и ловли мяча, отбивая битой развивается ловкость, скорость, точность и координация движений, а в игре «Стенка на стенку» совершенствуются силовые качества, воля, ловкость, развивается чувство коллективизма.

В среднем и старшем звене в объединениях казачьей направленности вводятся основы специальной физической подготовки включающей огневую, строевую, тактическую, легкоатлетическую подготовку, основы туризма, владение традиционным казачьим оружием и рукопашный бой, основы медицинской подготовки. Рукопашная подготовка казаков предусматривает самостраховку, правила ведения поединка на различных уровнях, знакомство с основной техникой ударов рукой, ногой, локтем, коленом, головой. Казачата обучаются приемам освобождения от захватов, броскам, технике нападения и защиты, работы в различных плоскостях. Тактическая подготовка предусматривает действия воспитанников в наступлении и обороне в полевых условиях.

В объединениях казачьей направленности ведется строевая подготовка. Казачата должны уметь выполнять основные элементы: построения в одну шеренгу, перестроения в шеренге и колонне, повороты на месте и в движении, осуществлять движение походным и строевым шагом.

В среднем звене казачата знакомятся со стрелковым оружием, изучают характеристики оружия, осваивают сборку и разборку автомата Калашникова, технику безопасности при проведении занятий по стрельбе.

Обучающихся нужно познакомить с понятиями «гигиена», «личная гигиена», с профилактикой различных заболеваний, с походной аптечкой казака. Они должны иметь представление о закалывающих процедурах, о подготовке организма к деятельности в экстремальных условиях. Казачата должны знать основные приемы и уметь оказать первую доврачебную помощь при травмах, ожогах, обморожении, оказать помощь утопающему, а значит и самому уметь хорошо плавать.

Физическому воспитанию казачат уделяется большое внимание. Казачья молодёжь принимает участие в спортивных соревнованиях, в смотрах строя и песни, «А ну-ка парни» проходящих в школе и в учреждении дополнительного образования.

Для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в процессе физического воспитания используются казачьи народные игры, подбор которых осуществляется с учетом особенностей организма занимающихся и их возрастных групп.

Основными мотивами, порождающими у обучающихся интерес к военно-спортивной игре, являются следующие: во-первых, желание удовлетворить свое стремление к героическим поступкам, доказать свою взрослость, самостоятельность, проверить свои силы, занять определенное место в коллективе, самоутвердиться; во-вторых, стремление приобрести некоторые

первичные военные знания, умения и навыки в действиях на местности, а также развить у себя ряд морально-волевых качеств, необходимых для активного участия в будущем в трудовой деятельности, в защите своего Отечества.

Обучающиеся на практике убеждаются, что в процессе военно-спортивных игр у них формируется много полезных качеств, необходимых для их будущей деятельности. Это один из важных моментов, повышающих интерес ребят к играм.

На отношение казачат к военно-спортивным играм в значительной мере оказывают влияние методики проведения игр, отношение к играм воспитателей, и прежде всего руководителей.

Традиционными стали ежегодно проводимые «Казачьи игры» – соревнования обучающихся объединений казачьей направленности в силе, ловкости, умении, находчивости. Команды участников с честью выдерживают все испытания: самые сильные проявляют себя в перетягивании каната, быстрые – в эстафетах, ловкие пытаются поймать казачью шапку или выдернуть «картошку» из корзины игра «Пугало», что оказывается вовсе не легким занятием. Особый интерес у ребят вызывают конкурсы, связанные с бытом предков. Каждому из участников хочется быстрее пронести ведра на коромысле или чугунок при помощи ухвата. Но не так-то просто это сделать – побеждают ловкие и проворные.

Наряду с традиционными формами спортивно-оздоровительного воспитания в объединениях существуют и нестандартные, например, экскурсии, походы, организация совместного отдыха обучающихся, родителей, учителей.

Развивая физические качества, укрепляя здоровье, педагоги не забывают о том, что выпускник объединения казачьей направленности должен иметь прочные знания по предметам; знать историю, культурные традиции Кубани и казаков; чтить обычаи своего народа; строить жизнь по христианским принципам, владеть навыками военной подготовки; уметь постоять за себя и других.

### **План-конспект занятия «Народные игры кубанского казачества, направленные на развитие основных физических качеств»**

Объединение «Основы военной подготовки»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Физическое воспитание на основе традиционных казачьих средств»

Тема занятия: «Народные игры кубанского казачества, направленные на развитие основных физических качеств»

Цель занятия:

- прививать казачатам знания и практические навыки, необходимые для овладения важными физическими и двигательными качествами;
- содействовать гармоничному развитию личности обучающихся.

Задачи:

- 1) образовательная научить играм кубанского казачества;

2) воспитательная воспитание чувства любви к Родине, к родному краю, традициям казачества.

3) развивающая развитие физических качеств ловкости, быстроты, внимания.

Тип занятия: практическое.

Форма работы: групповая

Методы обучения: рассказ, показ.

Учебно-материальная база: набивные мячи, фишки, обручи, канат, вёдра, воздушные шары, мешочки с камешками.

#### Ход занятия

I. Организационный момент: 5 мин

Построение, приветствие, проверка готовности к занятию, сообщение темы и задач урока.

II. Основная часть: 30 мин

1. Строевые упражнения «Направо», «налево», «кругом»

2. Ходьба по залу: на носках, руки в стороны; на пятках, руки за голову; на внутренней стороне стопы, руки на пояс; на внешней стороне стопы, руки на пояс; легкий бег, разновидности бега, ОРУ в движении.

Эстафета № 1 «Посади картошку».

Описание игры: Игрок, стоящий первым – капитан, он держит в руках мешочек с пятью картофелинами (камешками). На расстоянии двадцати-тридцати шагов от каждой колонны начерчены пять кружков. По сигналу капитаны бегут к кружочкам и сажают картошку по одной в каждый кружок, затем возвращаются и передают мешочек следующему игроку, который, взяв мешочек, бежит собирать картошку и т. д. Правила игры. Игроки стартуют по сигналу. Игроки не выходят за линию без мешочка. Если картошка упала, ее следует поднять и затем бежать. Подбегать к команде надо с левой стороны и стать в конец колонны.

Эстафета № 2 «Удальцы».

Описание игры: Участвуют казачата двух команд. Игроки стоящие первыми добегают до «шведской» стенки (каната) поднимаются на стенку и срывают один бублик. Затем возвращаются назад, следующий игрок повторяет действие и т. д. Правила игры. Игроки стартуют по сигналу. Побеждает команда, которая быстрее сорвет все бублики. Если бублик упал, ее следует поднять и затем бежать. Подбегать к команде надо с левой стороны и стать в конец колонны.

Эстафета № 3 «Хозяюшки. Подои корову».

Описание игры: Участвуют девочки двух команд. Девочки стоящие первыми держат в руках пустые вёдра. По команде добегают до стены срывают один шарик, кладут в ведро и возвращаются назад, следующий игрок повторяет действие и т. д. Правила игры. Игроки стартуют по сигналу. Побеждает команда, которая быстрее «подойт корову» и не разольет молоко (лопнут шарик). Если ведро упало, его следует поднять и затем бежать. Подбегать к команде надо с левой стороны и стать в конец колонны.

Эстафета № 4 «Перекасти тыкву».

Описание игры: Игрок, стоящий первым – капитан, он держит в руках «тыквы» (набивной мяч). На расстоянии двадцати-тридцати шагов от каждой колонны лежат два обруча. По сигналу игроки бегут к обручам и катят «тыкву» (набивной мяч) к своей команде и передают «тыкву» следующему игроку, который, возвращает «тыкву» назад в обруч. Следующие игроки повторяют эти действия и т. д. Правила игры. Игроки стартуют по сигналу. Игроки не выходят за линию без мешочка. Игроки должны катить «тыкву» только руками. Передать товарищу тыкву стать в конец колонны. Подбегать к команде надо с левой стороны.

#### Эстафета № 5 «Репка». (Перетягивание каната)

Описание игры: Команды выходят в центр спортивного зала, где проведена контрольная черта. Становятся вдоль каната с двух сторон, берутся за «репку» (канат) по команде начинают тянуть «репку». Правила игры. Игроки начинают тянуть репку» по сигналу. Побеждает команда, которая перетянет соперников на свою сторону, через контрольную черту.

III. Заключительная часть: 5 мин

Построение; выполнение упражнений дыхательной гимнастики.

Подведение итога занятия.