

**Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования «Центр «Поиск»**

План конспект

«Культура русского севера по средством подвижных игр».



**Педагог дополнительного образования:
Толстов И.В.**

с.Саранпауль, 2021 год.

Тема занятия: Ознакомление обучающихся с культурой русского севера по средством подвижных игр (региональное содержание).

Народные игры Севера передают особенности труда людей (охоты, рыбалки, оленеводства), а также неповторимый колорит народного творчества.

Раздел: Лыжная подготовка.

Цель: познакомить воспитанников с подвижными играми народов севера.

Задачи:

Образовательные

1. Совершенствовать технику передвижения на лыжах.
2. Приобщение к культуре народов севера.
3. Формировать командный дух, взаимодействие в команде.

Воспитательные

1. Воспитывать чувство коллективизма, ответственности, слаженности действий.
2. Способствовать приобщению воспитанников к самостоятельным занятиям по лыжной подготовке, повышение интереса к занятиям на улице.

Развивающие:

1. Развивать координацию, внимание, ловкость.
2. Навыки передвижения на лыжах.

Оздоровительная:

1. Снятие эмоционального стресса, укрепление психологического здоровья детей.
2. Укрепление мышц сердца, развивают его способность приспосабливаться к внезапной изменяющейся нагрузке;
3. Укрепление дыхательной мускулатуры;

Планируемый результат:

Личностные: усовершенствовать технику передвижения на лыжах, проявлять физические качества, приобщиться к культуре северных народов.

Метапредметные: Контролировать и оценивать собственное поведение и поведение окружающих, проявлять дисциплину и конструктивно излагать свое мнение.

Личностные: подбирать одежду соответственно погоде, умение обращаться с лыжным инвентарем, следить за техникой безопасности.

Метод проведения: фронтальный, игровой, соревновательный.

Метод обучения: показ, объяснение.

Место проведение: лыжная база «Лыжник»

Оборудование инвентарь: лыжный комплект, флажки.

Время проведения: 1,5 часа.

Проводящий: Толстов Иван Васильевич.

Внедрение национально-регионального компонента в образовательный процесс повышает его уровень, способствует установлению прочных связей с коренным народом, обогащает духовные и социальные качества детей.

<p>2- и.п. 3- наклон назад 4-И.п. 3.пружинистые наклоны вправо влево. И.п. – о.с. на лыжах, палки вместе под локтями за спиной. 1, 2 наклон вправо 3, 4 наклон влево. 4. Приседания. 4.И. п. - ноги на ширине плеч, палки на снегу. Приседания на полной стопе, руки вперед, колени не сводить. 5. Прыжки. И.п. – о.с. на лыжах, руки в упоре на палки. Прыжки на месте на обеих ногах. Носки лыж на снегу.</p>	<p>По 8 повторов</p> <p>12 раз</p> <p>10 прыжков</p>				
<p><u>Основная часть: 45 мин.</u> А сейчас мы с вами поиграем в игры наших предков и нашего края. 1. «Охота на лис» Игру проводят на ограниченной площадке, размеры которой выбирают в зависимости от возраста и уровня подготовки учащихся. Выбирают или назначают трех-четырех «лис», которым дают время для того, чтобы убежать, Затем все остальные («охотники») отправляются на</p>	<p>Соблюдать технику безопасности и правила игры</p>	<p>Определять степень утомления организма во время игровой деятельности, использовать игровые действия для</p>	<p>Спокойно воспринимать и исправлять ошибки при выполнении задания</p>	<p>проявление дисциплинированности.</p> <p>Оценивают правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения Положительное</p>	<p>Умение организовывать коллективную совместную деятельность</p>

<p>правой руке. Первый в колонне опирается на одну (допустим, левую) палку, а вторую (правую) подает следующему за ним, и тот держит ее за нижний конец, перед кольцом упора, а свою палку протягивает следующему игроку и т. д. получается соединенная палками цепочка лыжников одной команды.</p> <p>По команде лыжники, не расцепляясь, идут заданным лыжным ходом к финишу. Побеждает команда, замыкающий игрок которой первым пересечет линию финиша.</p> <p>Много легенд народов Севера связано с лыжами.</p> <p>Остяки-охотники передают сказание о легендарном отличном охотнике. Как-то у него сломалась лыжа, когда он преследовал лося и спускался в глубокий овраг. Хорошая добыча уходила, и смелый охотник погнался за ней на одной лыже. Трудно скользить, но он , догнал добычу. С тех пор на праздниках у народов севера проводятся подобные игры на лыжах.</p> <p>Б) «Остяцкие гонки»</p>		<p>Уважительное отношение к противнику</p>	<p>самоконтроль</p>	<p>Активное включение в выполнение двигательного действия;</p>	<p>договариваться.</p> <p>Замечать свои достоинства и недостатки при своей работе в команде.</p>
--	--	--	---------------------	--	--

<p>Состязания проводятся на 1 лыже, отталкиваясь палками. На левой ноге лыжи нет. Ею запрещено наступать ни на снег, ни на правую лыжу. Оступился – проиграл.</p>		<p>Развитие внимания и координации</p>	<p>Умение регулировать свои действия в зависимости от сложившейся ситуации, самоконтроль</p>		<p>Умение взаимодействовать со сверстниками по правилам, во время проведения подвижной игры.</p>
<p><u>Заключительная часть 5-7 мин.</u> Построение в шеренгу. Выполнили мы задачи занятия? Какая игра вам больше понравилась? Как вы оцениваете занятие? Домашнее задание. Снятие лыж и организованный уход в здание.</p>		<p>Умение ставить себе оценку за работу на занятие.</p>	<p>Определить смысл поставленной на занятие.</p>	<p>Осознать необходимость домашнего задания</p>	<p>Выражать свое мнение об итогах работы.</p>