# Проект по теме

- «Спортивные игры народов севера»

- Педагоги МАУ ДО «Центр Поиск» физкультурно - спортивной направленности.

# ИГРЫ НАРОДОВ СЕВЕРА

Весь уклад ненецкой, хантыйской или мансийской семьи определялся основным занятием отца – охотой, рыболовством и оленеводством. Игры северных детей связаны с окружающей природой, обычаями, традициями и обрядами. Они учатся необходимым для жизни умениям и навыкам. Традиционные спортивные игры детей и взрослых не только развивают ум, но и закаляют физически, укрепляют здоровье.

# Национальные спортивные состязания

- Из национальных видов соревнований наиболее распространены гонки на оленьих упряжках, метание тынзея (аркана), топора, прыжки через нарты, перетягивание палки, тройной национальный прыжок. Традиционные спортивные игры сохраняются и в настоящее время. Устраиваются состязания в масштабах районов и округов.

# Прыжки через нарты

- Несколько нарт (обычно столько, сколько есть свободных пустых нарт) устанавливают параллельно друг другу на расстоянии полуметра. Прыжки совершаются двумя ногами вместе, сначала в одном направлении, затем в обратном, пока хватает сил. Хорошие прыгуны перепрыгивают через 30 и больше нарт без отдыха.

# Перетягивание палки

- Палку перетягивают сидя, упершись, друг в друга ступнями ног (или доску, или бревно). Для палки часто используют кусочек хорея. Побеждает тот, кому удается перетянуть соперника. Лучше всего, если один из участников перебрасывает другого через себя.

# Тройной национальный прыжок

- Одна из легенд о тройном национальном прыжке повествует о том, как нашёл спасение от стаи волков охотник-тундровик. Собрав все силы, он прыгнул сразу двумя ногами на первый в речке камень, с него на второй, со второго на берег. Это позволило ему остаться в живых

Игры народов севера воспитывают в подрастающем поколении уважение к своей нации, к традициям своих предков, воспитывают доброжелательное отношение друг к другу, сохраняя правила гостеприимства, взаимовыручки; готовят к тяжелым трудовым условиям, связанным с кочевым образом жизни.

Спасибо всем за внимание!