

Министерство образования и науки Республики Северная Осетия – Алания
Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования «Республиканский
дворец детского творчества им.Б.Е.Кабалоева»

Методическое пособие в помощь организаторам летнего отдыха
детей

«Нартские игры»

Составитель:
педагог дополнительного образования,
Почетный работник образования РФ
Гудиева Ю.К.

**Положение
о проведении спортивно-массового мероприятия
«Нартские игры»**

I. Цели и задачи.

Нартские игры проводятся с целью изучения и почитания национальных традиций, укрепления здоровья, повышения уровня физических качеств (силы, быстроты, выносливости, меткости) для отдыхающих детей в детских оздоровительных лагерях.

II. Участники.

В соревновании участвуют дети 1-5 отрядов. Состав сборной команды 10 человек (5 девочек, 5 мальчиков). 1-2 отряды, 3-4 отряды, 5отряд – отряд Вожатых.

Команды обязательно одеты в спортивную удобную форму и обувь.

III. Время и место проведения.

Нартские игры проводятся в спортивном зале, на спортивной площадке с безопасным покрытием.



IV. Инвентарь и оборудование.

1. Обручи – 4 штуки.
2. Лук и стрелы – 2 комплекта.
3. Вербки – 10 штук.
4. Канат -1 шт.
5. Свисток.
6. Мел.
7. Гимнастические скамейки – 10 штук.
8. Аудио аппаратура, микрофон.

ПЛАН СОРЕВНОВАНИЙ.

1. Построение команд.

Ведущие: Нартское общество в осетинской Нартиаде делится на касты и представлено тремя родами. Род АХСАРТАГ (Ахсартаговы) – род воинов, сильнейшие воины среди Нартов, жили они в селении Верхних Нартов. Приглашается команда ... отряда - представители рода Ахсартага.

Род БОРАТА (Боравы) – богатые земледельцы, которые находятся в состоянии войны с Ахсартаговыми, жили в селении Нижних Нартов. Приглашается команда ...отряда - представители рода Бората.

Жреческий нартский род АЛАГАТА (Алаговы) – миролюбивые нарты, не участвуют в военных походах. Они примиряют враждующих Ахсартаговых и Боравых. Жили в селении средних нартов. Этот род символизирует духовную чистоту, они составляют жреческую касту. Наши судьи:

1. _____
2. _____

Ведущие: О том, каковы были игры предков осетин, свидетельствует Нартский эпос.

В древности народные игры проводились не просто ради развлечений, но имели определенную цель: выявить наиболее сильных, ловких, выносливых, мужественных.

Нет ни прошлого, ни настоящего, время не властно над эпосом. Сегодня сказания воспрянут, и будут игры, народа великого. Игры мужества, чести и благородства!

Ведущие: Нартские игры объявляются открытыми.

Равнение на флаг - Звучит гимн Осетии

1. Игра «Чехарда» - «Кæрæдзийысæртыгæпгæнынтæйхъæзт»

В игре принимают участие две команды с равным



количеством игроков. По команде судьи первые игроки выбегают вперед на 3 шага, но не больше, и становятся там спиной к прыгунам, наклонив туловище вперед и спрятав голову. Одну ногу они выставляют вперед, сгибая ее в колене и опираясь на нее руками. Следующий игрок с разбега прыгает через стоящего игрока, касаясь руками его спины. Перепрыгнув через партнера, он пробегает 3 шага и тоже становится так же, как и тот, через которого он только

что перепрыгнул. Следующие игроки прыгают по очереди через своих партнеров и т.д.

Так игра с прыжками продолжается до конца дистанции, и та команда, которая быстрее, не нарушая правил, достигнет финиша, становится победительницей.

Правила игры:

1. Игра начинается строго по сигналу.
2. Запрещается делать больше 3 шагов.
3. Стоящие не должны двигаться и изменять позу.
4. При прыжке обязательно надо коснуться спины стоящего.
5. Прыгать только в положении ноги врозь и отталкиваться двумя руками.
6. В конце дистанции выстрелить из лука в цель.



2. Игра «Вытолкни плечом» - «Уахскаей кьюырын хъазт» - участвуют капитаны команд.

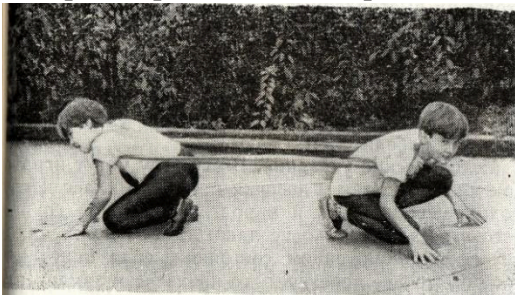
В круге находятся два игрока так, чтобы их плечи касались друг друга. Руки заложены за спину. По команде игроки поднимают левую ногу, сгибая ее в коленном суставе. Подскакивая на одной ноге, начинают выталкивать плечом друг друга за пределы круга. Тот, кто вытолкнет своего партнера из круга, становится победителем.

Правила игры.

1. Начинать игру только по сигналу.
2. Выталкивать только толчком плеча.
3. Руки нужно держать строго за спиной. Толкать руками, головой, ногой или стоя на двух ногах запрещается.
4. Запрещается наклонять корпус ниже пояса, выставлять голову вперед и приседать на корточки.
5. Сменять ноги во время схватки запрещается, сменивший ногу считается побежденным.
6. Игрок наступивший на линию круга, также считается побежденным.



3. Игра «Перетягивание веревкой» – «Бандәнаей хъазт»



Через середину зала, по обе стороны, спинами друг к другу становятся участники команд. На них одеваются веревки (скакалки) так, чтобы она прошла под руками и была слегка натянута. По сигналу все участники начинают в приседе тянуть друг друга на противоположную сторону. Кто кого вытянет, тот и выиграл.

Правила игры.

1. Начинать игру только по сигналу.
2. Заканчивать игру по сигналу на счет 5.
3. Запрещается толкаться, наносить болевые приемы сопернику.
5. После сигнала окончания игры замереть на месте.
6. Игрок наступивший на линию, также считается побежденным.
7. Выигравшей командой является команда с наибольшим количеством игроков.

4. Игра «В охотников и зверей» – «Цуанонта ама сырдай хъазт»

Участвуют две команды. Пять девочек «Косулей» из противоположной команды становятся напротив «Охотников» в круг. «Охотники» держа обруч в руках ловят одну из девочек, надевая на нее обруч. Выигрывает команда поймавшая наибольшее количество «Косул».

Правила игры.

1. Начинать игру только по сигналу.
3. Запрещается толкаться.
4. Осторожно и внимательно относиться к сопернику во время игры.
5. Не допускать падения соперника.
7. Выигравшей командой является команда с наибольшим количеством игроков.

5. Игра «Перетягивание каната»- «Ставд бандан ласын хъазт»

Участвуют две команды. Две команды становятся друг против друга, взявшись за канат и по сигналу начинают тянуть на себя.

Побеждает та команда, которая перетянет своих «противников» до установленной отметки.

Правила игры.

1. Начинать игру только по сигналу.
2. Не дергать резко канат.
3. Работать слаженно в команде.

6. Игра «Разбей шеренгу» - «Хьонхьулатай хъазт»

В игре участвуют болельщики (по 10 чел.) две команды. Дети держась за руки становятся в две шеренги друг к другу лицом, на расстоянии 10-12 м. Один из вожатых команды называет имя одного из игроков команды противника. Вызванный должен с разбегу плечом пробить чужую шеренгу. Если это ему удастся, он забирает одного из игроков к себе в шеренгу, если нет, сам остается в той шеренге. Игра продолжается до тех пор, пока звучит музыка.

Правила игры.

1. Начинать игру только по сигналу.
2. Выигравшей считается команда с наибольшим количеством игроков.
3. Пробивать шеренгу можно только в местах захвата руками.
4. Не разрешается толкаться плечом или ударять в грудь стоящих.
5. Игрок может выбегать только по вызову вожатых.

7. Игра «Танцевальная поляна» - «Кафты фаз»

Участвуют две команды. Становятся друг против друга. Команды начинают по - очереди танцевать в характере заданной музыки. Проигравшей считается команда не вступившая с музыкой в танцевальную «битву».

Правила игры.

1. Начинать игру только по музыкальному сигналу.
2. Танцевать в характере заданной музыки.
3. Во время танца не мешать танцующим рядом, не задевать и цеплять их руками.
4. Соперников поддерживать хлопками, вести себя благородно и с достоинством.

Подведение итогов. Слово рода Алагата. Примирение рода Ахсартага и Бората. Награждение.

Ведущие: Нартские игры объявляются закрытыми.

Звучит гимн РСО-Алания

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. «Нартовский эпос осетин» перевод с осетинского Ю.Лебединского изд. «Советская Россия» Москва 1978г.
2. «Игры народов СССР», сборник «Северная Осетия» С.Г.Гагиев 1975г.