

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

СЕРГІЙ МАРЧУК
НАТАЛІЯ ДЕНИСЕНКО
СЕРГІЙ МУДРИК



ОСОБИСТІСНО-ЗОРІЄНТОВАНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В НОВІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ

*Ігрова діяльність на уроці фізичної культури
(проектуємо разом ігри за народним календарем)*

Серія 4



Луцьк, 2023

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)
УДК : 378.011.3-051:796(477.82)(043.5)

Укладачі:

Сергій МАРЧУК,

кандидат педагогічних наук, завідувач кафедри педагогіки та психології КЗВО «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради

Наталія ДЕНИСЕНКО,

заслужений вчитель України, доктор педагогічних наук, декан факультету початкової освіти та фізичної культури КЗВО «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради.

Сергій МУДРИК,

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри фізичної культури КЗВО «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради

Марчук С., Денисенко Н., Мудрик С. Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в Новій українській школі. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем) (Серія 4): навчально-методичний посібник-практикум для студентів спеціальності 014.11.Середня освіта (Фізична культура). Луцьк : ПП Мажула Ю. М. , 2023. 70с.

У навчально-методичному посібнику-практикумі подаються рекомендації щодо проведення уроків ігрового спрямування за народним календарем. Такі ігри потребують серйозної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури, його знань щодо традицій і звичаїв свого народу. Укладачами рекомендовано в основу уроків фізичної культури з елементами ігор за народним календарем закласти аграрний рік українців та структурно поділили його за місяцями. Автори сподіваються, що такі уроки допоможуть дітям викликати інтерес до змісту фізичної культури в НУШ, прилучити їх до фізичної праці, глибше осмислити програмовий матеріал, тобто закласти основи морально-етичних норм, уявлень і почуттів нового покоління українців.

Рекомендовано для здобувачів спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура).

Рецензенти:

Ірина КЛІШ,

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри фізичної культури КЗВО «Луцький педагогічний коледж»

Олена ІЩУК,

кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фітнесу та циклічних видів спорту Волинського національного університету імені Лесі Українки

Розглянуто на засіданні кафедри фізичної культури (протокол №1 від 07.09.2023 р.).

Друкується за рішення Вченої ради факультету початкової освіти та фізичної культури (протокол № 2 від 14.09.2023 р.)

© Сергій МАРЧУК, Наталія ДЕНИСЕНКО, Сергій МУДРИК
«КЗВО Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради

ЗМІСТ

ВСТУП СПЕЦИФІКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗА НАРОДНИМ КАЛЕНДАРЕМ	4
ОЗДОРОВЧЕ, ОСВІТНЄ І ВИХОВНЕ ЗНАЧЕННЯ РУХЛИВИХ ІГОР	10
КЛАСИФІКАЦІЯ РУХЛИВИХ ІГОР	13
МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ СЮЖЕТНИХ ІГОР НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПОЧАТКОВИХ КЛАСАХ	18
МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПРОВЕДЕННЯ УКРАЇНСЬКИХ НАРОДНИХ ІГОР В НОВІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ	29
ОРІЄНТОВНІ КОМПЛЕКСНІ УРОКИ ЗА НАРОДНИМ КАЛЕНДАРЕМ ЗАКЛИКАННЯ ВЕСНИ У ВЕСНЯНОМУ ЦИКЛІ СВЯТ	34
СВЯТО ЯВДОХИ. ПЕРШОГО БЕРЕЗНЯ ЗА СТАРИМ СТИЛЕМ, 14-ГО ЗА НОВИМ. ВСТУП	34
ВИХОВНИЙ ЗАХІД «ЗАКЛИКАННЯ ВЕСНИ. СВЯТО ЯВДОХИ»	36
ПРОВОДИ РУСАЛОК У ЛІТНЬОМУ ЦИКЛІ СВЯТ	43
СЦЕНАРІЙ СВЯТА «ОЙ НА ІВАНА ТА Й НА КУПАЛА	45
ПОКРОВА В ОСІННЬОМУ ЦИКЛІ	51
ДЕНЬ АНДРІЯ В ОСІННЬОМУ ЦИКЛІ СВЯТ	55
СПОРТИВНЕ СВЯТО «КОЗАЦЬКІ РОЗВАГИ» (5 клас)	65

ВСТУП

СПЕЦИФІКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗА НАРОДНИМ КАЛЕНДАРЕМ

Багатогранне життя, самобутність побуту, народного світогляду знайшли своє відображення в національних рухливих іграх. Національна форма рухливої гри полягає в тому, що вона за своїм походженням і розвитком характеризує конкретний регіон України. Кожна народна гра може сприяти не лише розвитку і вдосконаленню певних фізичних якостей, а й здатна швидше розвинути відчуття національних звичаїв та традицій свого народу, любов і повагу до рідного краю, до праці, увійти у світ образів минулого.



Кожному народові, кожній нації притаманні національні традиційні ігри, педагогічне значення яких полягає в тому, що вони є результатом виховних зусиль народу багатьох століть, і як незамінний виховний засіб передаються із покоління в покоління. Вони визначають необхідність для забезпечення подальшого існування і розвитку індивіда, колективу, держави, суспільства. Через систему традицій кожний народ у національних рухливих іграх відтворює себе, свою духовну культуру, характер і свою психологію.

Переважає більшість національних ігор за народним календарем – невеличкі казки та напівказки, де діяльність тісно переплітається з вигадкою. В іграх реалістично-побутового плану існує певний елемент умовності, який відкриває простір для вільних домислів, закладає основи моральних уявлень і почуттів.

Проведення уроків ігрового спрямування за народним календарем потребує серйозної підготовки вчителя, його знань з традиціями і звичаями свого народу. В основу уроків необхідно закласти аграрний рік українців та структурно поділили його за місяцями. До кожного розділу залучити найосновніші національні рухливі ігри, які проводилися в народні та релігійні свята, що регулювали річну циклічність, яка розподілялась на чотири пори року (табл.1).

Таблиця 1

Використання рухливих ігор за народним календарем
у початковій школі

Ігри пір року	Назва свята	Дата	Назва ігор
1	2	3	4
Ігри весняного циклу			
Закликання весни	Явдохи, Сорок святих, Теплого Олексі або напередодні Благовіщення, Благовіщення.	1 березня 9 березня 17 березня 25 квітня	“Кривий танок”, “Хрещик”, “Віночок”, “Заплітати шума”, “Мара” “Коструб”, “Кривий танок”.
Паска	Великдень		“Набитка”, “Котка”, “Відгадка”, “Кидка”, “Коструб”, “Кривий танок”, “Дзвінниця”.
Красна гірка	Напередодні Юрієвого дня	22 травня	“Горюдуб”, “Мости”, “Леля”.
На весняні свята грали в ігри, які були пов’язані з хліборобськими роботами і відображали оранку, сівбу, збирання дозрілого врожаю: “Горошок”, “Огірочки”, “Мак”, “Гарбуз”, “Жнива”; з весільними обрядами – “Просо”, “Зося-чорнуся”, або “Чорнушко-душко”, “Щітка”; з відновленням військової активності – “Зельман”, “Воротар”.			
Ігри літнього циклу			
Зелені свята	Перший день Петрівки Івана Купала	“Десятий понеділок” від Великодня 7 липня	“Проводи русалок”, “Відьма”, “Танець горбатого діда”, “Очищення” (стрибки через багаття)
Ігри осіннього циклу			
Покрова		1 жовтня	“Буряк”, “Ріпка”, “Просо”, “Горошок”, “Огірочки”, “Жнива”, “Мак”,

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

			“Гарбуз”, “Зося-чорнуса”, “Щітка”.
Ігри зимового циклу			
	Катерини Андрія Перво- званного	24 листопада 30 листопада	“Закликання долі” “Балабушки”, “Ворожба чобітьми”, “Калита”, дозволяли-ся дитячі та молодіж-ні бешкети “Дістати сало” (в давні часи – “Вкрасти сало” .
Різдвяні свята	Вечір напередодні Різдва	24 грудня	“Квочка”.
Новорічні свята	Вечір напередодні Нового року Новий рік	31 грудня 1 січня	“Очищення”. “Морозенко”.
	Йордань	6 січня	“Орден”.
На всі зимові свята проводили ігри-розваги – “Колесо”, “Громак”, “Взяття фортеці”.			

Національні рухливі ігри літнього циклу слід використовувати в першій чверті навчального року, бо святкових днів, пов’язаних з народними іграми, восени менше, ніж взимку та весною.

Напередодні уроку дітям необхідно повідомити тему і дати домашні завдання. Наприклад:

Закликання весни на Теплою Олексі (язичницьке свято, на якому поклонялися головним (обрядово-ігрові дійства проходили по Сварожому колу від Прабога Рода по Бога Чорнобога – річний календар давніх українців розпочинався з зимового рівнодення):

- роздати учням для вивчення друковані віршовані тексти, що містяться в іграх-хороводах за народним календарем.
- приготувати і принести на урок пташок, випечених із тіста або зроблених з паперу чи з дерева, що символізують прихід весни;
- знайти і вивчити українські народні прислів’я, приказки, які символізують прихід весни;

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

- на занятті провести ритуально-ігрове дійство “Кривий танок”, для вшанування головних богів Сварога, Святовіда, Дажбога
- проведення ігор, які пов’язані з хліборобськими роботами і відображають працю на землі;
- знати дев’ять головних богів давніх українців у календарній обрядовості давніх українців Сварожого кола.

Релігійне свято Великдень. Знати: три Чесноти – Віра, Надія, Любов; сім головних гріхів – гордість, ненаситність, нечистота (тіло й душа), ненависть, обжерливість і пиятика, гнів, лінивість; десять заповідей Старого заповіту:

1. Я є Господь Бог твій.
2. Не роби собі ідола.
3. Не взивай імені Господа Бога Твого марно.
4. Пам’ятай день суботній, щоб святкувати його.
5. Шануй батька і матір свою.
6. Не вбивай.
7. Не кради.
8. Не свідчи неправдиво проти ближнього твого.
9. Не чини перелюбу.
10. Не пожадай всього, що є у ближнього твого;

принести на урок крашанки для ігор “Кидка”, “Котка”, “Набитка”, “Відгадка”.

Русальний тиждень. Боротьба духів добра зі злом. На проводи русалок для ритуально-обрядового дійства:

- зробити з сіна, соломки “Мару” (міфічний дух зла) для ігрового дійства;
- принести квіти, зелені гілочки, запашне зілля для прикрашання обраних дівчат, які будуть символізувати міфічних русалок для проведення ігрового дійства “Проводи русалок”;
- знайти і вивчити українські народні прислів’я, приказки, які символізують духів добра і зла;
- підготувати хмиз для багаття (стрибки через багаття – “Очищення” від злих духів).

Заняття за народним календарем проводиться біля водойми для кращого сприйняття світорозуміння давніх українців.

Такі завдання допомагають дітям викликати інтерес до змісту уроку фізкультури, прилучити до фізичної праці, глибше осмислити повідомлюваний матеріал, тобто закласти основи морально-етичних норм, уявлень і почуттів.

Уроки за народним календарем треба проводити в лісі, в парку, на березі річки. Якщо урок містить в собі рухливі ігри-хороводи то, відповідно, в ньому повинен брати участь і вчитель музики. Єднання музики і природи дає змогу дітям молодшого шкільного віку відчутти себе частинкою цієї природи, зрозуміти її красу і користь.

За структурою урок фізкультури складається із трьох частин – підготовчої, основної і заключної.

У підготовчу частину уроку входить розповідь учителем про історичне значення даного свята, з чим воно пов'язувалось, що символізувало, які виконувалися обрядові дійства пов'язані з міфологією, традиціями в давні часи і як за допомогою цих дійств людина минулого прагнула вплинути на природу і себе в ній. Цій частині уроку треба відводити небагато часу (5-7 хвилин), бо вона за своїм змістом повинна бути направлена на підготовку молодших школярів до розумового й фізичного навантаження, яке проводиться в основній частині уроку.

Основна частина уроку складається з опитування домашнього завдання (знання лічилок, віршів, загадок, прислів'їв, приказок, казок, легенд, міфів), а також розповідь учителем легенд (короткий зміст), пов'язаних з даним святом (10-12 хвилин), проведення національних рухливих ігор (20-25 хвилин).

Опитування дає змогу вчителю визначити у школярів рівень знань з народознавства та історії, допомагає учням глибше розширити свій кругозір. А це позитивно впливає на розумову діяльність, яка реалізується у пізнанні дітьми звичаїв свого народу, історії і природи рідного краю.

Після опитування вчитель розповідає учням, які національні ігри проводилися в це свято і приступає до їх проведення.

У різних регіонах України багато ігор проводились по-різному. У грі залишається лише назва. Тому треба підбирати на урок не тільки ті, які використовувалися по всій Україні, а й ті, які специфічні для даного регіону. Вони не складні за правилами і не вимагають витрати часу на їх пояснення.

Проведення рухливих ігор за народним календарем допомагає дітям на уроці більш емоційно увійти в образи, особливо в ті, де ігри тісно переплітаються із землеробською діяльністю, із звірятами, рослинами, з духами добра і зла. Це дає їм змогу глибше пізнати і зрозуміти соціальні функції людської діяльності. При цьому набуваються знання, навички та вміння, розвивається сила, швидкість, спритність, витривалість.

У заключній частині (3-5 хвилин) підводяться підсумки уроку і даються домашні завдання для підготовки наступного заняття за народним календарем.

Критерієм оцінювання учнів є знання матеріалу з природознавства, народознавства та історії свого краю, а також за умілі дії і рухову активність у грі.

Такі уроки за народним календарем розвивають пізнавальну активність дітей, прагнення якомога глибше пізнати свій народ, свої національні корені; формують стійкий інтерес до народознавчого матеріалу; дають змогу швидше запам'ятовувати вірші, пісні, прислів'я, приказки, загадки, лічилки, легенди; прищеплюють трудові навички, пов'язані з трудовим землеробським циклом.

Учні починають самостійно аналізувати, оцінювати, співставляти, порівнювати звичаї минулого і сучасного. Поєднання народознавства, природознавства, музики з національними рухливими іграми виховують у дітей такі риси характеру як щирість, гостинність, доброту, мудрість, щедрість, повагу і любов до національної культури.

Через осягнення ігрової культури дитина входить у світ інших людей, живе їх життям, включає у свій духовний світ історичний досвід попередніх поколінь. Тільки в результаті освоєння та перетворення у свій набуток історично створеного багатства ігрової культури індивід стає емоційно багатим, здатним глибоко, сильно й тонко відчувати та переживати.

Національна специфіка рухливих ігор за народним календарем проявляється:

- у відтворенні психологічних особливостей народу, його світобачення, моральних норм;
- у національній мові;
- у відображенні історії нації, її культури, громадського й побутового життя, традицій, релігійних вірувань, звичаїв;
- у зв'язках рухливих ігор з національним фольклором;
- у національній специфіці вираження загальнолюдських ідей добра і справедливості, естетичних поглядів, суспільних інтересів;
- у любові до природи, до рідного краю, серед яких живе нація.

Усе це разом являє собою могутню рушійну силу естетичного, морально-етичного, культурного виховання дітей молодшого шкільного віку. Гра для дитини – це дійсність в ігровій ситуації, адже в ній вона краще пізнає навколишній світ.

1. ОЗДОРОВЧЕ, ОСВІТНЄ І ВИХОВНЕ ЗНАЧЕННЯ РУХЛИВИХ ІГОР



З давніх-давен в Україні будь-які зібрання дорослих і дітей супроводжувались ігровою діяльністю, найбільш поширеними різновидами якої були біг, скачки, стрільба з лука, кулачні бої, метання списа, а жінки та дівчата водили хороводи. Участь у грі дозволяла людині відійти від проблем повсякдення, запобігала виникненню сумнівів й недовіри до своїх сил.

Педагоги всіх часів відзначали, що рухлива гра добродійно впливає на формування дитячої душі, розвиток фізичних сил і духовних здібностей.

К. Д. Ушинський, В. О. Сухомлинський вказували на важливу роль гри в усебічному розвитку дитини, розглядаючи її як основний вид фізичної та розумової діяльності.

У результаті життя і побуту мільйонів людей протягом віків в Україні сформувались народні ігри. У цих іграх відображаються звичаї нашого народу, їх побут та уявлення про світ. Вивченням національних рухливих ігор займався «батько української фізичної культури» Іван Боберський, який видав посібник «Рухливі ігри та забави».

Насамперед дітям цікавий сам процес дій, миттєві зміни ігрових ситуацій. Доводиться самотійно знаходити вихід з непередбачених ситуацій, намічати мету, встановлювати взаємодії з товаришами, проявляти спритність, витривалість і силу. Уже саме нагадування про наступну гру викликає у дитини позитивні емоції, приємне хвилювання. Серед учених поширена думка, що гра — це структурна модель поведінки дитини. За допомогою гри вона пізнає довкілля і готується до активного його перетворення. Отже, за допомогою рухливих ігор діти готуються до життя [5 с. 7].

Час вносить зміни у зміст ігор, створює багато різних варіантів, лише їхня рухлива основа залишається незмінною. Гра включає всі види природних рухів: ходьбу, біг, стрибки, метання, лазіння, вправи із предметами, а тому є незамінним засобом фізичного виховання дітей. Світ ігор дуже різноманітний: рухливі, сюжетні, народні, рольові, спортивні, імітаційні, командні, групові, ігри-естафети, ігри-конкурси, ігри-забави, ігри-змагання тощо.

Народна педагогіка вимагає, щоб батьки, вчителі, вихователі піклувались про фізичний розвиток дитини, всіляко заохочували її до рухів. «Як дитина бігає і грається, так її здоров'я усміхається», — стверджує прислів'я. Чим більше дитина рухається, тим краще росте і розвивається. Гіподинамія (обмеження рухової активності школяра) веде до порушення обміну речовин, діяльності серцево-судинної та дихальної систем, негативного впливу на опорно-руховий апарат.

Найкращими «ліками» для дітей від рухового «голоду» є рухливі ігри. Народні рухливі ігри за змістом і формою прості й доступні дітям різних вікових груп. Вони є універсальним засобом у фізичному вихованні молоді.

Оздоровче значення ігор: сприяють гармонійному розвитку форм і функцій організму школяра; формують правильну поставу; загартовують організм; підвищують працездатність; зміцнюють здоров'я.

Великий оздоровчий ефект має проведення ігор на свіжому повітрі незалежно від пори року. Це зміцнює мускулатуру, покращує діяльність дихальної, серцево-судинної системи, збільшує рухливість суглобів і міцність зв'язок, стимулює обмінні процеси, позитивно впливає на нервову систему, підвищує опірність організму до простудних захворювань.

У багатьох школах України немає спортивних залів. Вихід тільки один: влітку і взимку, навесні і восени проводити уроки фізичної культури на свіжому повітрі. При цьому всі учні і вчитель повинні бути одягнені у спортивну форму. При зміні погоди відповідно змінюється одяг, який повинен забезпечити вільність рухів, надійно запобігати охолодженню і перегріванню.

Одяг учнів при плюсовій температурі має бути такий: футболка або майка з бавовни, спортивний костюм або шорти чи спортивні труси, шкарпетки, кросівки або кеди. У вітряну погоду можна надіти ще вітрівку, пов'язку на голову або тоненьку шапочку.

Одяг учнів при низькій або мінусовій температурі (пізня осінь або рання весна, взимку): футболка з довгими рукавами, теплий трикотажний спортивний костюм, шерстяні шкарпетки, кросівки, куртка, шапочка і рукавиці.

Освітнє значення ігор: формують рухові вміння і навички з бігу, стрибків, метання; розвивають фізичні якості: швидкість, силу, спритність, гнучкість і витривалість; формують основи знань з фізичної культури і спорту, валеології, народознавства, історії рідного краю і т.д.

Під час проведення рухливих ігор учні повторюють, закріплюють, удосконалюють рухові вміння і навички, розвивають фізичні якості. Наприклад, граючи в ігри «Влуч у мішень», «Влуч у ціль», «Снайпери», «Мисливці і качки», учні вдосконалюють вміння і навички у метанні малого м'яча; «Вудочка», «Горобці-стрибунці» —: у стрибках; в іграх-естафетах поряд із розвитком фізичних якостей (швидкості, спритності, сили, витривалості та гнучкості)

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)
реалізуються міжпредметні зв'язки (з математикою, іноземною мовою, природознавством, музикою тощо) [22, с.40].

Під час проведення рухливих ігор і естафет учні пізнають довкілля («Хто де живе», «У зоопарку», «Бузьки», «Пошта йде у всі міста»), історію рідного краю («Запорожець на Січі», «Роксолана у полоні»), розширюють кругозір та поглиблюють знання («Листоноші», «Поле чудес у спорті», «Космонавти»).

Отже, правильно методично побудований урок із застосуванням ігор, естафет, дає можливість з великою ефективністю розв'язувати освітні завдання.

Виховне значення ігор: виховують моральні та волеві якості учнів; виховують любов до рідного краю, звичаїв і традицій українського народу; виховують любов до щоденних і систематичних занять фізичними вправами.

У народній рухливій грі одночасно здійснюється фізичне, розумове, моральне, естетичне та трудове виховання. Активна рухова діяльність ігрового характеру, позитивні емоції підсилюють усі фізіологічні і психологічні процеси в організмі, поліпшують роботу всіх органів і систем. Правила ігор регулюють поведінку гравців, сприяють вихованню взаємодопомоги, чесності, колективізму, дисциплінованості, відловідальності, витримки, вміння долати труднощі, цілеспрямованості, сміливості, рішучості. Ігри привчають долати психічні і фізичні навантаження, створюють у дітей бадьорий настрій.

«У грі розкривається перед дітьми світ, розкриваються творчі можливості особистості», – говорив великий український педагог В. Сухомлинський.

2. КЛАСИФІКАЦІЯ РУХЛИВИХ ІГОР

Народні ігри можна класифікувати за такими групами: сюжетні, дидактичні, рухливі з обмеженим мовленнєвим текстом, рухливі хороводні ігри, ігри мовленнєвої спрямованості, обрядові та звичаєві ігри; ігри історичної спрямованості; ігри з відображенням трудових процесів та побуту народу. Групи

народних дитячих ігор малих форм подано на рис.1.

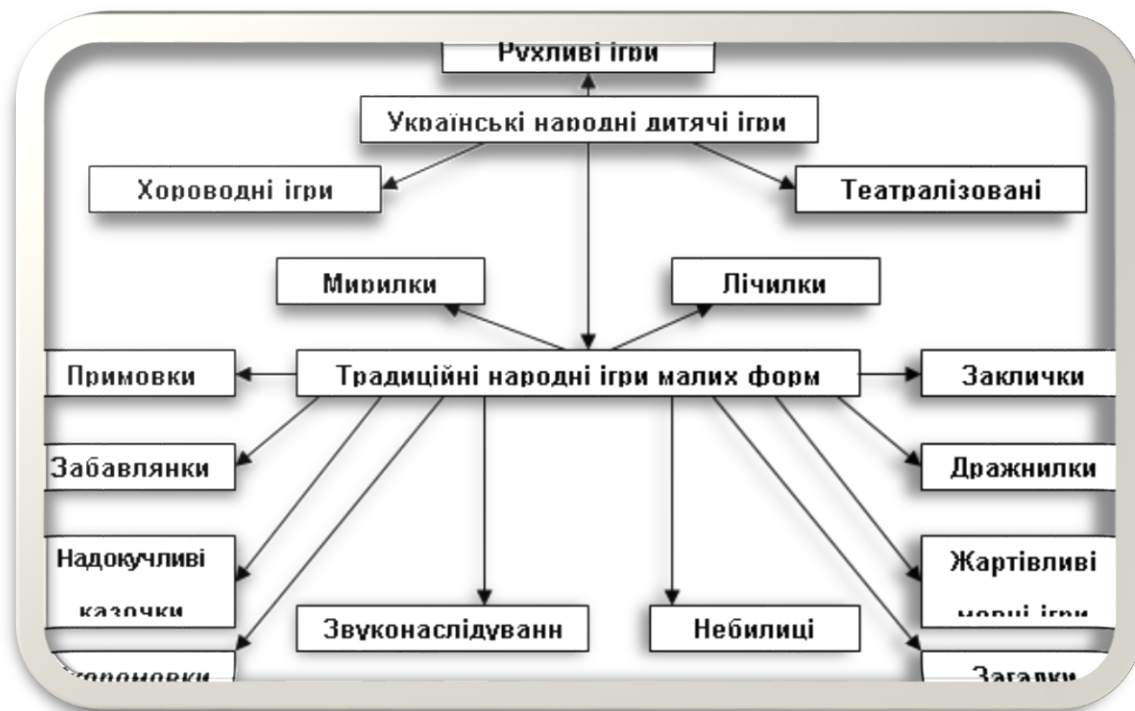


Рис.1. Класифікація традиційних народних ігор малих форм

Більш складною є *сюжетно-рольова гра*. Вона вже має певну послідовність дій і подій. У сюжеті гри обов'язкова наявність конфлікту – розбіжність, сутичка, покладена в основу взаємовідносин учасників, що борються між собою. В основі протиставлення – не досягнення першим якогось результату, а сутичка поглядів, сил, позицій. Надзвичайно продуктивні для рольової гри сюжети, подібні судовому розгляду. Тут чітко визначений конфлікт і можливість непередбачених рішень. Проводячи сюжетно-рольові ігри, педагог допомагає їм не лише розширити та збагатити знання про різні сфери життя, а й удосконалити пізнавальні дії; вчить розрізняти незвичайне в очевидному, виробляє навички дій, прилучає молодь до скарбниці народної мудрості, розвиває пізнавальні інтереси.

Значну групу становлять народні рухливі ігри. У них текст подається як лічилка, примовка, перегукання. Це ігри «Панас», «Їду, їду», «Звідки ти?», «Жмурки», «Горю-дуб», «Котилася бочка...», «На чім стоїш?», «Іваночку, покинь схованочку», «Зайчик і Бурчик», «Бочечка», «Квочка», «Ірву, ірву горішечки» та ін.

Рухливі хороводні ігри супроводжуються пісенним текстом. На першому плані – слова, рухи – нескладні (ходіння в колі), по закінченні слів, співу

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

можливий біг. Серед таких ігор найвідоміші: «Огірочки», «Галя по садочку ходила», «Подольночка», «Перепілочка», «Ой ягіл, ягілочка», «Іде, іде дід» та ін.

Обрядові та звичаєві ігри передають характерні події з життя українського народу: початок жнив, косовицю, великодні та купальські ігри, калиту, веснянки (наприклад, гра «Розлилися води»).

Ігри історичної та соціальної спрямованості відбивають характер тієї епохи, коли вони складались. У їх змісті трапляються архаїзми, як для нас, гравцями виступають «пан», «король», «цар», «царівна». Це ігри: «Король», «У короля», «Воротарчик», «Пускайте нас», «Нема пана дома», «У відьми», «Дзвін», «Прослужив я в пана рік», «Кружок» тощо [6, с. 67].

Ігри побутової спрямованості відображають у своєму змісті буденне життя людей («Жили у бабусі...», «Ой сусіди, сусідоньки», «Здрастуй, сусіде», «Куй-куй, ковалі...», «Як було у баби...»). Чимало серед них ігор з сюжетами про сімейне життя: «Батько», «Батько й діти», «Горщечки», «Гладушики», «Сімейка» тощо.

У табл. 1. подаємо класифікацію українських народних оздоровчих ігор

Таблиця 1.

Класифікація українських народних оздоровчих ігор

№ п/п	Група народних ігор	Назви народних ігор
1.	Рухливі ігри та забави із співом, приказками й примовками	Батько й діти. Подольночка. Адам і Єва. Іди, іди, дощику. Жнива. Мак. Ой вийтеся, огірочки. Гарбуз. Грибок . Просо .У конопель. Ой у полі жито. Барвінок. У вишневому садочку. У грушки. Сад і горобці. Довга лоза (Дикі кози). Горішок. Перепілка. Веребей. Коза. Яструб і курчата. Гуси. У гусей. Качки й рибалки. Метеличок. Сірий кіт. Пригоди киці. Кицька. Кіт і миша. Кози. Чорний лицар. Ледачий Гриць. Кривий танець. Розбите яєчко. Дзвін. Дрова. Печу, печу хлібчик. Ковалі. Шевчик.
2.	Рухливі ігри та забави для розвитку сили	Тягти бука. Чий батько дужчий. Перетяжка. Хвостач. Буряк. Ворона. У коня. Краски. Ворота. Ріпка. Петрушка. Дзвіночок. Щупак. Коромисло.
3.	Рухливі ігри та забави для розвитку швидкісно-силових здібностей	Вовк і кози. У довгої лози. Лоза. Шагавай. У річку, гоп! Переправа через річку. Класики. Сміхота. Гречка. Півник. Пускайте нас. У царя. Хвіст. Крук. Вуж. Яструб.
4.	Рухливі ігри та	У «колдуна». Кавуни. Вивірка, шишка, горіх. До цілі. Повінь. Лисиця й заєць. Бездомна лисиця. Двоє – мало,

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

	забави для розвитку швидкості	третій – лишній. Оса. Сірий вовк. Варена ріпка. Птиці. Бондар. Регіт. Попід руки. Дрібушечки. Мур. Запорожець на Січі. Маринка. Хрещик. Горщечки. Дуб. Мисливці та зайці.
5.	Рухливі ігри та забави для розвитку витривалості	Ковбаса. В бика. Ворони. Блоха. Латка. Квач. Передай іншому. Рибалки й риби.
6.	Рухливі ігри та забави для розвитку спритності	Вовк і хорт. Шило. У кужмірки. Кузьмарки. Панас. Жмурки. Петре, де ти? Хорт. У бобра. Ой летіла зозуленька. Море. Рак-небо рак. Вкрасти сало. Верни голова. Жук. Дзвіниця. Вежа. Гори.
7.	Ігри з предметами	Бузьок. Герета. Лавина. У деркача. Шви галка. Забивання сокири. У палички. У цурки-палки. Циганка. У скраклі. Мушка. Бабок. У шуляка. Перепелиця. Голий у голого. Високий дуб. Дучковий м'яч. Свічка. Вдарив, не вдарив – біжи. Квочка. Ключки. Ямки. Місяць. Захисник кріпості. Каша. Круговий. Городковий м'яч. Серединка. Пошивай. Баран. Стінка.

Зважаючи на тему нашого дослідження ми подаємо класифікацію українських народних ігор та забав А.В. Цьося відповідно до пір року і календарних свят нашого народу (табл.2) [26; 18-19].

Таблиця 2

Календарні ігри та забави українців

Пора року	Назва свята	Народні ігри та фізичні вправи
ВЕСНА	Явдоха, Теплий Олекса	«Заплітати Шула», «Та це ж весна», «Іде, іде дід», «Гляньте, діточки», «Унадився журавель», «Журавель», «У довгі лози»
	Благовіщення	«Кривий танець», «Подоланочка», «Білозорчик-Білоданчик», «Воробчик», «Перепілонька», «Мости», «Воротар», «Царенко», «Щітка», «Мак», «А ми просо сіяли», «Жук-жучок», «Зельман», «Наяву я, навчу»
	Великдень	«Довгі лози», «Боротьба», «У короля», «Великодній дзвін», «Просо», «Стовп», «Коструб», «Цурка», «Чаклун», «Набитки», «У війну», «Боротьба на лопатки», «Боротьба без рук -грудьми», «Боротьба навколішки», «Боротьба лежачи», «Навипередки-уперегони»
	Проводи	«Лопатки», «Бирки», «Кучі», «Заєць», «Стільчик», «Носа», «Сорока», «Мила», «Білиця», «Сало тягнути», «Двірник і джура», «Жмурки», «Позич мені стільчик», «Шукайло-сосокало», «Зв'язаний встане», «Тягнуть дуба», «Король і

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

	Лука («Красна гірка»)	«Горю-дуба», «Ляля», «Віночок», «Міст», «Ріпка»,
	«Вулиці»	«Вінок», «Зайчик», «Вербова дощечка», «Огірочки»,
	Юрія	«Веснянки і гаївки», «Верхова їзда», «Метання», «Загартування рососою», «Хороводи», «Кидання грудок землі»
ЛІТО	Трійця	«Тополя», «Водили Куста», «Похорон Ярили», «Дуба», «Торю-дубом», «Проводи русалок»
	Івана Купала	«Стрибки через вогонь», «Водити відьму», «Біг», «Купання»
	Петра і Павла	Ворона», «У коня», «Дзвіночок», «Коромисло», «Яструб», «У колдуна», «До цілі», «Латка», «У цурки-палки», «Цигана», «У скраклі», «Бабак», «У шуляка», «Перепелиця»,
	Іллі	«В'язання бороди», «Жнива», «Ой у полі жито», «Передай ниюму», «Веребей», «Гречка»
	Маковея	«Гуси», «У гусей», «Король», «Квач», «Барвінок», «Сірий вовк», «У грушки», «Просо», «Оса», «Птиці»
ОСІНЬ	Успіння	«У бобра», «Грибок», «Кози», «Мисливці і зайці», «Гарбуз», «Зайчик», «Вуж», «Яструб», «Дуб»
	Парубочі громади	«Жмурки», «Долоні», «Згинати сухого вовка», «Верни-голова», «Вкрати сало», «Боротьба без рук – грудьми», «Боротьба навколішки», «Боротьба лежачи»
	Дівочі громади	«Чернушко-душко», «Любоко», «Чад», «Поїхав Іван за Дунай по дівку», «По улиці широці»
	Покрова	«Кулачі бої», «Запорожець на січі», «Мур», «Чорний лицар», «Козак»
	Вечорниці	«Панас», «Шута», «Хустина», «Сусідка», «Долоні», «Нічки»
ЗИМА	Катерини	«Ігри – гадання», «Закликання долі», «Жмурки», «Чіт чи лишка», «Чарочка»
	Андрія	«Калита», «Парубочі пустоці», «Метання»
	Різдво	«Танці», «Ковзання по льоду», «Катання на санчатах, крижинах і ковзанах», «Гойдалки»
	Новий рік	«Коза», «Меланка», «Сніжки», «Булка», «Борюкання на снігу», «Катання великих снігових куль з гір», «Громак-свиня»
	Водохреща	«Кулачні бої», «Катання на конях», «Змагання вершників»
	Стрітіння	«Тягти бука», «Чий батько дужчий», «Перетяжка», «Буряк»
	Масляна	«Ніжкові заговіни», «Колодка», «Катання з гір»

Отже, як видно з таблиці протягом річного циклу календарних свят наші предки виконували різноманітні рухливі ігри та забави. Ігрова діяльність

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)
відділяла людей від повсякденного життя, створюючи атмосферу піднесеності, радості і добра.



3. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ СЮЖЕТНИХ ІГОР НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПОЧАТКОВИХ КЛАСАХ

Використання рухливих ігор, в структурі уроку фізичної культури.

Рухливі ігри відповідно до програми з фізичної культури проводяться на уроках 1-11 класів. Вони застосовуються з певними педагогічними цілями, спрямованими на формування і розвиток рухових умінь, навичок і якостей, з задачами забезпечення фізичного навантаження і різнобічного впливу на організм школярів.

Рухливі ігри включаються майже в усі уроки крім контрольних.

Методика проведення рухливих ігор на уроках фізичної культури підпорядковується загальним вимогам, але має свою специфіку, яка пов'язана з необхідністю зберегти певну щільність уроку. Це диктує оперативність, чітку продуманість методичних прийомів, необхідність домагатися, щоб всі діти, які беруть участь в іграх, отримували приблизно однакове навантаження.

Вибір гри залежить від педагогічних завдань даного уроку. За своїм змістом і навантаженням гра повинна відповідати матеріалу, який вивчається на уроці. Після вправ, які вимагають складної координації і напруженої уваги, слід застосувати ігри з рухами середньої і низької інтенсивності, та які не вимагають концентрації уваги. Доцільно після ігор з бігом і стрибками проводити вправи, які вимагають точних рухів і збереження рівноваги.

Залежно від завдань і характеру гри, її фізіологічного та емоційного навантаження, складу учнів, вона може бути використана у всіх частинах уроку.

У підготовчій частині уроку нудно просто виконувати загально-розвиваючі вправи, і тому на кожному уроці рекомендується проводити розминку ігровим способом.

У підготовчій частині уроку можна проводити ігри невеликої інтенсивності і складності, які сприяють зосередженню уваги. Характерними видами руху цих ігор є ходьба і біг з нескладними додатковими завданнями («Швидко по місцях», «До своїх прапорців»).

Не слід проводити в цій частині уроку зверх активні ігри, тому що збудження, викликане ними на початку уроку, може негативно вплинути на загальний стан організму дитини, на дисципліну і наступний хід уроку.

В основній частині уроку застосовуються ігри з бігом на швидкість, витримку, з подоланням перешкод, естафети з різними видами рухів, які вимагають великої активності.

Педагогічні завдання в основній частині уроку різноманітні: сприяти засвоєнню і вдосконаленню техніки рухів, розвитку фізичних якостей, ознайомлення з окремими елементами спортивних ігор.

У заключній частині уроку необхідно використовувати ігри незначної та середньої активності з простими рухами, правилами та організацією. Вони

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

повинні сприяти активному відпочинку після інтенсивного навантаження в основній частині уроку і його завершенню з добрим настроєм.

Підбір і планування рухливих ігор залежать від умов роботи кожної вікової групи, загального рівня фізичного і розумового розвитку дітей, їх рухових умінь, стану здоров'я кожної дитини, його індивідуальних типологічних особливостей, пори року, особливостей режиму та місця проведення.

Угруповання ігор з прояву фізичних якостей (за В. Г. Яковлевим)

Якості, проявлені в іграх	Характеристика ігрових дій	Ігри
Спритність	Ігри, спонукають негайно переходити від одних дій до інших. Ігри, що вимагають вміння зосередити увагу одночасно на декількох діях (біг, стрибки, дії з вивертанням)	Вибивали, Кругова гилка, Перестрілка, Боротьба за м'яч, Передача м'яча в колоні
Швидкість	Ігри, що вимагають своєчасних рухових відповідей на зорові, звукові сигнали, з короткими перебіжками; з подоланням невеликих відстаней в найкоротший термін; з бігом на швидкість в умовах, що змінюються	Зумій наздогнати, Наступ, Кругова естафета, Зустрічна естафета, Хто швидше
Сила	Ігри з короткочасними м'язовими напруженнями динамічного і статичного характеру	Естафета з обручем і скакалкою, Скакалка в парах, Естафета з лазінням і перелазінням, Зміна місць
Витривалість	Ігри з неодноразовими повтореннями активних, енергійно виконуваних дій, пов'язаних з безперервними інтенсивними рухами, в яких активні дії чергуються з короткими паузами для	Боротьба за м'яч, Волейбол з двома м'ячами

	відпочинку, переходами від одних видів рухів до інших	
--	---	--

1. Підготовка до гри. Вибір гри. Успіх ігрової діяльності, а також позитивний фізіологічний і емоційний вплив на гравців залежить насамперед від правильного вибору гри. При виборі гри потрібно враховувати форму проведення занять: урок, фізкультурно-оздоровчий захід у режимі навчального дня (перерва, спортивна година в ГПД), позакласний захід, в сім'ї тощо.

Вибір гри залежить від місця проведення. На свіжому повітрі можна проводити майже всі народні та рухливі ігри з великою інтенсивністю та обсягом; у невеликому, вузькому залі можна проводити ігри з шикуванням команд у шеренги і колони, а також ігри, в яких гравці беруть участь по черзі. Звертаємо увагу, що ігри, естафети повинні проводитись у чистому, провітреному спортзалі або пристосованому приміщенні. Вибір гри залежить від наявності у школі інвентарю та обладнання, а також від поставлених на уроці оздоровчих, освітніх і виховних завдань.

Підготовка місця для гри. Для проведення ігор, естафет на свіжому повітрі необхідно підготувати майданчик з рівною поверхнею. Велике значення мають зелені насадження, які захищають його від вітру й куряви, освіжають повітря, дають тінь.

Якщо гра проводиться в залі, необхідно його провітрити, помити підлогу, спортивні прилади розмістити так, щоб під час гри вони не заважали. Для відпочинку гравців, що виходять з гри, потрібно поставити кілька гімнастичних лав.

Підготовка інвентарю та обладнання. Для проведення ігор, естафет використовують такий інвентар та обладнання: м'ячі малі, великі, набивні; естафетні палички, кубики, обручі, скакалки, стійки (заввишки 1,5 м), кеглі (пластмасові пляшки із саморобними малими м'ячами на закрутках), різнокольорові прапорці, лави, палиці, мішечки з піском. Для вчителя: свисток, секундомір, крейда, магнітофон та інше обладнання. Бажано, щоб інвентар був яскравим, кольоровим, добре помітним у грі, відповідав за вагою та розмірами віку гравців. Інвентар можна виготовляти на уроках трудового навчання.

Учитель завжди повинен пам'ятати про правила техніки безпеки учнів під час проведення ігор та естафет. Наш досвід підказує, що для проведення естафет не можна використовувати малі прапорці на тоненькій палиці (прапорцем можна

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

влучити в око, на нього під час бігу можна впасти і т.д.). Слід використовувати такий інвентар, який при падіннях дітей, необережній передачі не зашкодить їхньому здоров'ю.

У сюжетних іграх використовують маски, костюми «героїв» («Вовк», «Зайчик», «Рибак», «Козак» та ін.).

Оголошення назви гри; розміщення гравців, команд; вибір ведучих. Учитель спочатку оголошує назву гри чи естафети. Потім ділить учнів на команди різними способами:

- на розсуд вчителя;
- шляхом розрахунку;
- фігурного марширування;
- за призначенням капітанів команд [17].

Вибирати команди, ведучих можна за допомогою лічилок. Наводимо приклади лічилок.

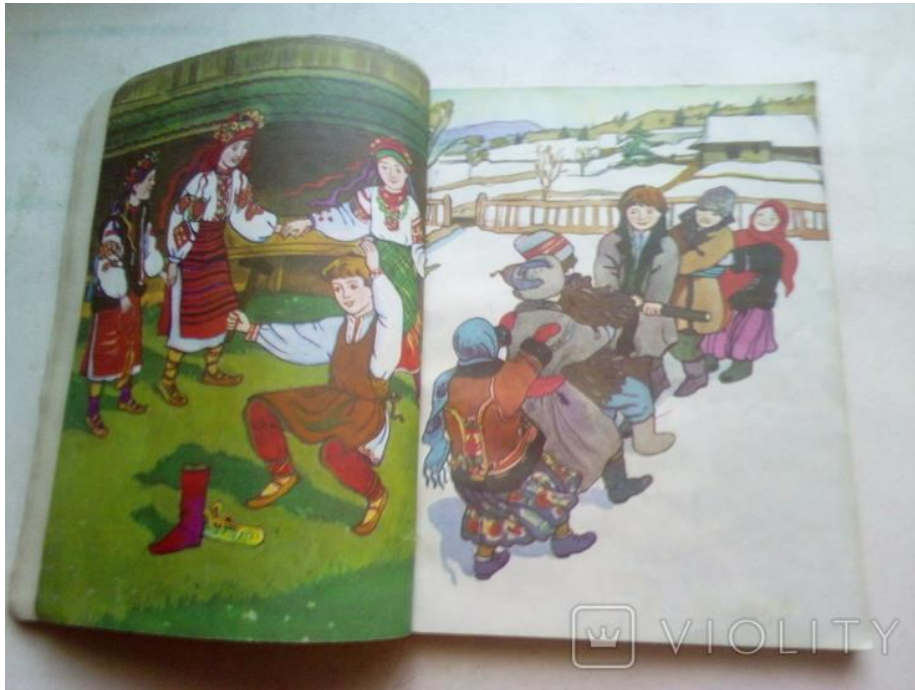
Потім вчитель шикує, переводить команди на місце проведення гри, естафети.



Важливе значення мають назви команд, які беруть участь у грі. Наводимо приклади назв: «Сонечко» і «Місяць», «Ромашки» і «Тюльпани», «Вовки» і «Тигри», «Збірна Львова» і «Збірна Києва», «Збірна України» і «Збірна Польщі», «Динамо» Київ і «Карпати» Львів тощо. Назви команд під час естафет повинні відповідати тим останнім спортивним подіям, які відбуваються в країні, світі.

У зв'язку зі збільшенням кількості учнів у класах учитель може поділити їх на чотири команди. Наприклад, спочатку беруть участь в естафеті команди

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)
«Збірна України» і «Збірна Польщі», потім «Збірна Канади» і «Збірна Австралії». Команди, які програли, змагаються за 3-4 місця, а які виграли, – за 1-2.

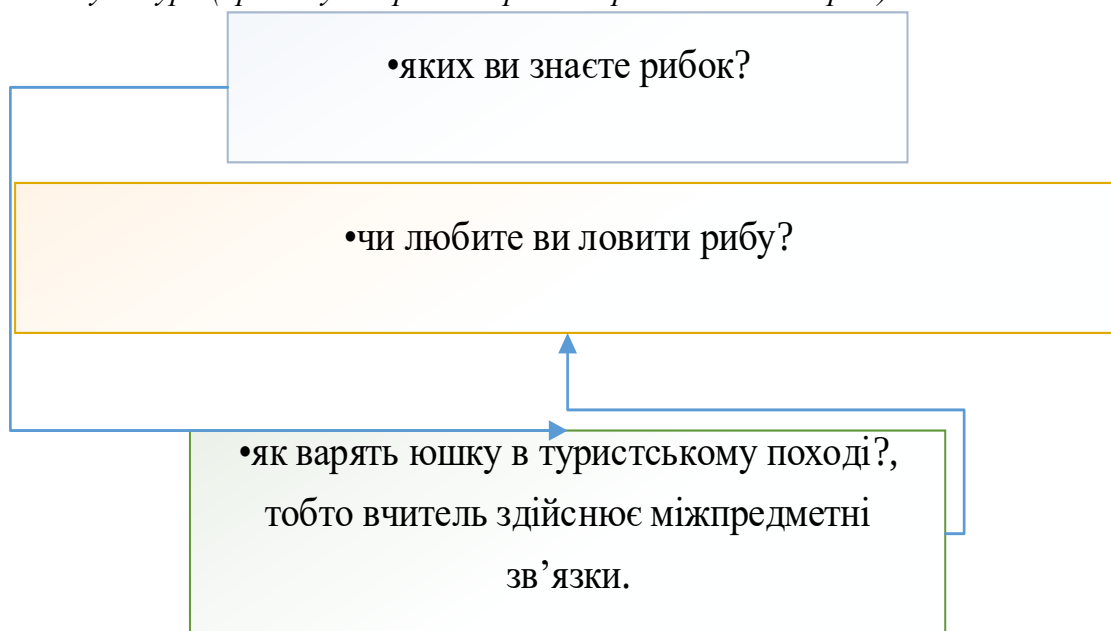


2. *Пояснення гри.* Успішне проведення гри залежить від педагогічного таланту, артистичної майстерності, організаторських здібностей вчителя, його вміння дохідливе, коротко, цікаво пояснити гру, вміло керувати її процесом, бути об'єктивним та уважним в оцінці ігрових дій учнів.

При поясненні гри вчитель повідомляє ще раз назву гри, розповідає про роль кожного гравця, мету і хід гри, завдання ведучих і гравців, правила гри. Коли вчитель проводить гру з шикуванням учнів у коло, то сам стоїть у колі. Якщо гравці розподілені на дві команди і розміщені одна проти другої, то вчитель стоїть між ними.

Для кращого засвоєння гри учнями рекомендуємо супроводжувати пояснення гри показом окремих рухів гравців. Правила гри пояснюють докладно лише у випадку, коли гру проводять уперше.

Перед поясненням гри, наприклад, «Вудочка», вчитель проводить вступну бесіду:



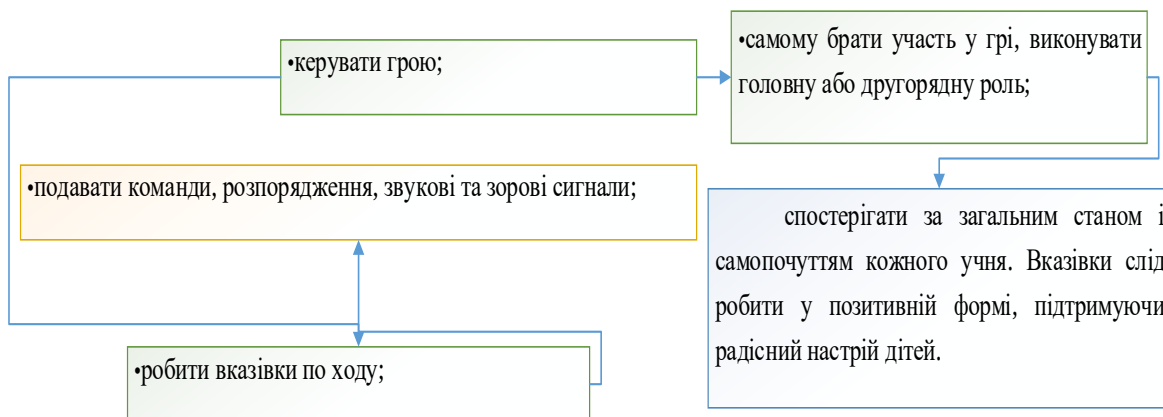
Для гри вчитель використовує великий солом'яний бриль, «вудойку» – скакалку або мотузку, на кінці якої прив'язаний мішечок з піском.

Після пояснення гри вчитель перевіряє, чи всі гравці розуміють її правила.

3. *Проведення гри.* Після розміщення гравців на майданчику, пояснення гри і її правил гра починається за умовним сигналом вчителя (свисток, сплеск у долоні).

Ігри сюжетного характеру («Кіт і мишка», «Гривеньки»), де немає змагального моменту, не потребують особливо чітких команд. Такі ігри можна розпочинати за вказівкою, висловленою спокійним голосом: «Раз, два, три – гру почали!» Під час гри вчитель уважно стежить за її ходом і поведінкою гравців.

Завдання вчителя:



Вчитель може робити підказки про доцільність виконання того чи іншого руху. У грі, естафетах учням дозволяється голосно кричати, стрибати, радіти. Фізичне навантаження у грі рекомендуємо регулювати такими прийомами:

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

зменшенням або збільшенням часу, відведеного на гру, кількістю повторень гри, розмірами майданчика і довжиною дистанції, яку пробігають гравці, масою предметів, що використовуються учнями, введенням короткочасних пауз-бесід для відпочинку.

Отже, дозування фізичного навантаження у грі визначається методикою проведення її, місцем та умовами, в яких перебувають гравці. Навантаження визначають за зовнішніми ознаками гравців та пульсом.

4. Способи жеребкування

п/п	Назва способу	Зміст (характеристики)
1.	Відгадування.	В якій руці є річ? Якого вона забарвлення? Парна чи непарна кількість затиснутих у кулак речей? Як упаде монета після підкидання її вгору? Хто вгадує, той отримує певну роль.
2.	Числовий жереб.	Діти стають у коло. Один гравець називає якесь невелике число. Інший – лічить по колу до названого числа. Той, на кого воно випадає, починає гру.
3.	«Викидання на пальцях».	За командою гравці водночас «викидають» (показують усім) певну кількість пальців на руці. Один гравець лічить загальну кількість пальців. Це число стає числовим жеребом і льосування далі відбувається подібно до попереднього.
4.	Вимірювання на палиці.	Проводиться попарно. Один гравець легенько підкидає палицю догори, а другий – ловить її однією рукою й тримає вертикально. Перший береться за палицю вище руки другого, а той знову вхоплює палицю впритул над рукою товариша. Так вони по черговому й перебирають руками до кінця. Той, чия рука виявиться на палиці зверху, вважається «на кону». Він мусить повернути кулак з палицею так, щоб вона опинилася в горизонтальному положенні, і протримати її протягом лічби до трьох. Якщо йому це вдається, він і отримує певну роль. Коли ж палиця впаде – це право отримує його товариш.
5.	Відгадування символів.	Здійснюється поділ гравців на команди. Спочатку обираються два капітани – найдосвідченіші гравці. Усі інші діти поділяються на пари. Вони домовляються осторонь про символи (умовні назви), які присвоюють собі. Наприклад, «солома та зерно», або «дерево та залізо». Пари по черзі підходять до ватажків із запитанням: «Солома чи зерно?» («Дерево чи залізо?»). Гравець, назву якого вибрав капітан, стає членом його команди, а напарник іде до другого капітана.
6.	Вибір лічилкою.	Справедливо, без суперечок обирається ведучий. Той, на кого випаде останнє слово, виходить. Лічилку повторюють доти, доки не повиходять усі, крім одного. Останньому належить бути ведучим. А як же бути, коли доводиться виходити тому, хто лічить? У такому разі він може або

		продовжити лічити, починаючи вже з лівого сусіди й пропускаючи себе, або ж виходить із кола, а лічити починає будь-хто з тих, що залишилися. До речі, лічбу проводять «за сонцем». Першим завжди називає себе той, хто лічить, другим – уже його лівий сусіда, а за ним – наступний, і так по колу до кінця лічилки.
7.	«Загальне голосування».	Ним теж обирають ведучого. Діти роблять це колективно.

5. Підведення підсумків гри. Гру потрібно закінчити своєчасно, коли гравці отримали достатнє емоційне і фізичне навантаження. Закінчують гру за сигналом вчителя організовано: зупиняють гравців, підраховують результати, оголошують переможців.

Пам'ятаючи про педагогічне значення гри, вчитель відзначає тих, хто правильно виконував рухи, виявляв спритність, рішучість, кмітливість, дотримувався правил виручав товаришів по команді, проявляв ініціативу, а також називає тих, хто порушував правила і заважав проводити гру. Вчитель називає переможця або переможців, команду-переможця.

Підводити підсумки гри, естафети слід у цікавій формі, щоб викликати в учнів бажання наступного разу досягти ще кращих результатів. Учитель нагороджує команди вимпелами, медалями і т.д. Вимпели і атрибути медалей учні виготовляють на уроках трудового навчання, образотворчого мистецтва. Нагороди можуть бути перехідними, тобто «діючими» до наступного уроку, змагань.

Вчитель проводить аналіз гри, естафети, звертає увагу на розвиток фізичних якостей учнів, наголошує, які фізичні вправи виконувати вдома, щоб покращити свої результати. Підкреслює, що всі відомі спортсмени світу (футболісти, легкоатлети, волейболісти) люблять грати в різноманітні ігри та естафети. Вчитель оголошує і пояснює групові та індивідуальні домашні завдання учням, звертає увагу на те, що на уроці будуть проводитись «Олімпійські ігри» з перевірки даних їм завдань.

Отже, підведення підсумків гри, естафети – один із важливих елементів методики їх проведення.

Побудова уроку фізичної культури з міжпредметними зв'язками

Використання рухливих ігор та естафет на уроках фізичної культури має важливе значення в розв'язанні оздоровчих, освітніх і виховних завдань.

Важливо, щоб рухливі ігри, естафети на уроках відповідно поєднувалися з іншими вправами. Після бігу на короткі дистанції можна провести естафету. Але

потрібно пам'ятати про дозування естафети для розвитку швидкості і спритності. При тривалому виконанні швидкісний ефект розвитку фізичних якостей перейде у розвиток витривалості. Також після бігу можна провести гру, яка б мала напрям на метання, передачу м'яча, силу рук і т.д. Після проведення вправ на метання – провести гру, естафету з бігом, стрибками.

Ігри на уроці фізичної культури використовують в усіх трьох частинах: підготовчій, основній і заключній.

У підготовчій частині уроку доцільно використовувати ігри, спрямовані на невелику рухливість і складність, на увагу, зосередженість, швидкість реакції, поступову психологічну і фізіологічну підготовку організму школяра до фізичного навантаження в основній частині уроку. Це ігри малої інтенсивності: «Клас, струнко!», «Світлофор», «Совонька», «Швидко по місцях», «Квач парами», «Вище землі», «Панас», «Подоланочка» та ін.

В основній частині уроку застосовують рухливі ігри, естафети на швидкість, метання, стрибки, ігри, які сприяють закріпленню і удосконаленню тих чи інших рухових дій. У цій частині чергуються ігри з середньою і великою інтенсивністю. Це українські народні ігри «Бузьки», «Діти і Вовк», «Гопак», «Квочка», «Кіт і миші», «Фарби», рухливі ігри «Виклик номерів», «Львівський трамвай», «Потяг», «Збір кавунів»; різні види естафет.

У заключній частині уроку використовують народні рухливі ігри для зниження фізичного і психологічного навантаження учнів на уроці, ігри на увагу, з простими рухами на відновлення дихання. Це ігри «Слухай сигнал», «Карлики і велетні», «Чий вінок кращий», «Жучок», «Стоп, стоп, музика», «Вітер і флюгери».

Коли складають конспект уроку, назву гри, опис її заносять у графу «Зміст навчального матеріалу» (див. зразок плану-конспекту уроку). У графі «Дозування» зазначають тривалість гри. Креслення майданчика і графічне розміщення гравців заносять у графу «Організаційно-методичні вказівки».

Варіанти запису постановки завдань гри у графі конспекту «Зміст навчального матеріалу»:

- Вивчити українську народну гру «Панас».
- Повторити рухливу гру «Гривеньки».
- Сприяти розвитку сили ніг у грі «Гопак».
- Сприяти розвитку швидкості і спритності під час проведення естафет.
- Сприяти розвитку витривалості у грі «Потяг».

Після визначення завдань описують методику проведення даної гри:

- а) підготовка до гри;
- б) пояснення гри і її правил;
- в) проведення гри;
- г) підбиття підсумків гри.

Великою популярністю користуються у дітей урок-гра та урок-змагання. Вони проводяться як у молодших, так і старших класах. Вдало підібрані і правильно дозовані за фізичним навантаженням, ці уроки приносять великий оздоровчо-тренувальний ефект.

На таких уроках вчитель готує учнів до складання Державних тестів з фізичної підготовленості:

- а) біг на короткі дистанції (естафети);
- б) біг на довгі дистанції (тривалий час проведення гри, естафети);
- в) сила рук, ніг (ігри, естафети з метаннями, стрибками);
- г) човниковий біг (естафети з малими м'ячами, кубиками);
- д) стрибки в довжину з місця ігри, естафети зі стрибками).

Отже, застосовуючи ігровий і змагальний методи, можна успішно підготувати учнів до складання фізичних вправ Державного тестування.

У період змін у національній системі освіти України перед школою ставляться важливі завдання. Сучасна школа повинна формувати здорову, всебічно розвинену особистість з високим інтелектом, моральністю та культурою, яка вміє творчо мислити, ініціативно діяти, сприяти соціально-економічному розвитку держави, у якій вона проживає.

«Психологи і фізіологи, – стверджує професор О. Дубогай, – вже давно дійшли висновку, що індивідуальні розумові здібності (мислення, сприймання, уявлення) не варто розглядати ізольовано, без контексту рухового розвитку дитини. Нормальними умовами прояву та розвитку здібностей під час навчання є спільна ігрова діяльність з іншими дітьми, під час якої дитина не тільки рухається, а й легко запам'ятовує все почуте в даний період».

Такі уроки фізичної культури стають цікавими, веселими і пізнавальними. До них належать уроки різних видів і типів, у т.ч. уроки-ігри, уроки-змагання, уроки-конкурси, уроки-казки, уроки-концерти тощо, на яких успішно вирішуються оздоровчі, освітні, виховні та розвивальні завдання, комплексно здійснюється фізичне, моральне, інтелектуальне, трудове, естетичне, екологічне, валеологічне, правове та економічне виховання.

Дослідження О. Міщенка, Б. Шияна доводять, що міжпредметні зв'язки є доброю основою для об'єднання дій усіх шкільних педагогів на користь

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проєктуємо разом ігри за народним календарем)

фізичного виховання. На уроках музики корисно розучити бадьорі українські народні і спортивні пісні, марші. Уроки образотворчого мистецтва можна присвятити темам: «Мої улюблені рухливі ігри», «Я займаюсь спортом» тощо. Зміст шкільних програм з предметів «Основи здоров'я», «Я і Україна», «Біології людини», «Хореографія» зобов'язані «дружити» з предметом «Фізична культура». Цікавий урок математики, іноземної мови для учнів із використанням рухових завдань.

Майбутнє уроків – це синтез, міжпредметна інтеграція уроку фізичної культури з уроками валеології, народознавства, природознавства (Я і Україна), історії, географії, біології людини, музики, іноземної мови, математики, хореографії і навпаки.



4. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПРОВЕДЕННЯ УКРАЇНСЬКИХ НАРОДНИХ ІГОР В НОВІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ

Українські народні ігри на уроці фізичної культури використовують в усіх трьох частинах: підготовчій, основній і заключній.

У підготовчій частині уроку доцільно проводити українські народні ігри, спрямовані на невелику рухливість і складність, увагу, зосередженість, швидкість реакції, поступову психологічну та фізіологічну підготовку організму школяра до фізичного навантаження в основній частині уроку, тобто ігри малої інтенсивності: «Квач парами», «Панас» тощо.

В основній частині уроку слід проводити українські народні ігри, естафети на швидкість, метання, стрибки, ігри, що сприяють закріпленню тих чи інших рухових дій, чергуючи ігри середньої та високої інтенсивності: «Довга лоза», «Гривеники», «Гопак», «Кіт і миші», «Слон», «Цурки», різні види естафет.

У заключній частині уроку використовують українські народні ігри для зниження фізичного та психологічного навантаження учнів, ігри на увагу, відновлення дихання, що передбачають прості рухи, наприклад, «Жучок».

Пропонуємо українські народні ігри, спрямовані на розвиток фізичних якостей.

1. Ігри для розвитку сили.

1.1. «Тягти бука»

У грі беруть участь двоє хлопців. Вибирають посередника, який стежить за дотриманням правил. Учасники сідають на підлогу або землю, упираються підошвами один в одного, беруться за міцну палицю і тягнуть її. Кожен намагається відірвати суперника від землі й перекинути через себе.

Вказівки до гри

1. Тягти палицю починають за сигналом посередника.
2. Переможцем вважається той, хто змусив суперника відірватися від землі або випустити палицю з рук.

1.2. Бій вершників

У грі беруть участь переважно хлопці середнього і старшого шкільного віку. Гра сприяє розвитку м'язової сили. Гравці об'єднуються у команди і

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

розраховуються на пер-ший-другий. Перші номери – «вершники», другі – «коні». «Вершники» сідають на «коней» (на плечі, обхопивши ногами тулуб). Дві команди наближаються одна до одної, за сигналом «вершники» намагаються скинути своїх суперників із «коня». Виграє команда, в якій буде більше «вершників» на «конях».

Вказівки до гри

1. Гравцям, які виконують роль «коней», забороняється допомагати «вершникам» руками.
2. Гра має обмеження до 5 – 6 хв.
3. Після першого туру гри «вершники» і «коні» міняються ролями.

1.3. «Два цапки»

У грі беруть участь дві команди. Гравці стають у колону по одному з різних боків колоди («кладки» через річку), по одному проходять через неї і на середині штовхають, відволікають, примушуючи впасти у воду суперника («цапа»), тобто зістрибнути з колоди. Гравець, який залишився на колоді («кладці»), приносить команді бал. Перемагає команда, яка набере найбільше балів.

2. Ігри для розвитку швидкісно-силових якостей

2.1. «Захисник фортеці»

5 – 10 учнів утворюють коло, у центрі – фортеця (тринога: три палиці зверху, зв'язані мотузкою). На фортецю кладуть м'яч. Поруч стоїть захисник. Діти, що стоять навколо фортеці, перекидають один одному великий м'яч, намагаючись збити фортецю. Захисник відбиває його руками. Гравець, який зіб'є фортецю стає захисником.

2.2. «Довга лоза»

5 – 8, а то й більше хлопчиків віком 15 – 17 років стають зігнувшись у ряд на відстані 3 – 4 м один від одного. Крайній перескакує через усіх і стає в другий кінець ряду. Його сусід робить те саме. І так кожен гравець.

Варіант гри: діти на відстані двох кроків один від одного лягають, утворюючи довгу лозу. Задній схоплюється, перескакує через усіх інших і лягає спереду. За ним другий, третій і т.д.

2.3. «Запорожець на Січі»

У центрі прямокутника (15 х 40 кроків) позначається «Січ» – смуга завдовжки 15 – 20 кроків і завширшки 3 кроки. Посередині пересувається «запорожець», який прагне спіймати когось із куренів (два гурти, розмішені на протилежних сторонах Січі), що перебігають з одного табору в інший. «Запорожець» ловить легеньким ударом руки по плечах (спині). Тих, хто стоїть поза смугою, він не торкається. Спіймані перетворюються на «запорожців» і допомагають уловах. Виграє той курінь, у якому залишиться один найспритніший.

3. Ігри для молодших школярів

3.1. «День і ніч». Значення гри: удосконалює навички бігу; виховує увагу, кмітливість та швидкість, реакцію на сигнал. Інтенсивність: середня.

Зміст гри. На відстані 2 – 3 кроків у центрі майданчика креслять дві паралельні лінії. З обох боків від них на відстані 15 – 20 м – лінії «будинків». Дітей ділять на команди, які стоять на лініях у центрі майданчика, повернуті спиною один до одного. Перша команда – «День», друга – «Ніч». За сигналом учителя: «День!» – команда «Ніч» втікає у свій «будинок», а команда «День» наздоганяє і навпаки. Перемагає команда, яка більше спіймає гравців.

Вказівки до гри

1. Ловити можна до лінії «будинку».
2. Спіймані гравці після підрахування знову беруть участь у грі.

3.2. «Бездомна лисиця» . Значення гри: розвиває швидкість, спритність, рухливість, навички бігу. Інтенсивність: середня.

Зміст гри

Діти утворюють коло, стаючи по двоє обличчям один до одного на відстані 2 – 6 кроків, подають руки і роблять «гніздо». У середині кожного «гнізда» між руками стає «лисиця». Дитина, яка починає гру, стає посередині, як «бездомна лисиця», тричі плескає в долоні й каже: «Лисиці з гнізда». «Лисиці» швидко змінюють свої місця, а «бездомна лисиця» намагається швидше захопити порожнє гніздо. Дитина, яка залишається без місця, стає новою «бездомною лисицею».

Вказівки до гри: коли «лисиці» змінюють місце, то діти, що утворюють «гніздо», не повинні розривати руки [26].

У додатку Б ми подали українські рухливі ігри для молодших учнів, у додатку В – методичні поради молодому вчителю фізичної культури щодо організації ігрової діяльності на уроках фізичної культури в початковій школі.

Отже, розроблено методичні рекомендації щодо проведення окремих українських народних ігор у початковій школі (мету, зміст, хід гри, вказівки до гри).



5. ОРІЄНТОВНІ КОМПЛЕКСНІ УРОКИ ЗА НАРОДНИМ КАЛЕНДАРЕМ

ЗАКЛИКАННЯ ВЕСНИ У ВЕСНЯНОМУ ЦИКЛІ СВЯТ



СВЯТО ЯВДОХИ. ПЕРШОГО БЕРЕЗНЯ ЗА СТАРИМ СТИЛЕМ, 14-ГО ЗА НОВИМ

Першого березня за старим стилем, а 14-го за новим – це день преподобної мучениці Євдокії або, як селяни кажуть, «Явдохи». 14 березня – незвичайний день, в православ'ї шанують пам'ять Святої Євдокії, а в народі шанують Явдоху, зустрічають весну, особливими обрядами закликають у дім щастя, благополуччя і здоров'я.

Ім'я Преподобної Євдокії асоціюється з покровительством земної природи і означає пробудження життєвої сили землі. Євдокія відзначалася суворим дотриманням обітниць, за що Господь наділив її даром чудотворення. Особливою силою наші предки наділяли в цей день талу воду. Її приносили в будинок, вмивалися діток, вмивалися самі, кропили стіни – на щастя, красу і здоров'я.

У цей день висаджували розсаду – вважалося, що виросте вона сильною і не загине.

Господині пекли в цей день жайворонків з тіста – це символи весни і нового життя. Жайворонками пригощали діток.

Доброю прикметою було почути на Явдоху спів маленької жовтогрудой пташки вівсянки, яка сповіщала про прихід весни.

Молодь на Явдоху починала весняні ігри – гаївки, веселки. Дівчата на виданні спеціальними замовляннями і обрядами залучали женихів.

Народні прикмети на 14 березня:

- Яка Явдоха, таке й літо.
- Якщо на Явдохи вітер із теплого краю, то буде гарне літо, і навпаки.
- Явдоха з дощем – літо буде тепле й мокре.
- Який вітер на Явдохи, такий буде і на Покрову.
- Явдоха красна – вся весна красна, на огірки врожай.
- На Явдоху сніг – на врожай.
- Якщо в цей день завірюха – до пізньої весни.

Що можна робити 14 березня

1. Покупки, які ви зробите у цей день, будуть вдалимими і довго вам прослужать.
2. Сьогодні успішний день для виліковування алкоголізму.

Що не можна робити 14 березня:

1. Щоб захистити себе від пліток та лихослів'я – читайте відповідні молитви, які вбережуть вас від злих язиків.
2. Цього дня не варто будувати плани на майбутнє, адже вони не здійсняться.

Напередодні учні отримали наступні завдання:

- ознайомитися з головними богами, яким поклонялися давні українці;
- знайти і вивчити українські народні прислів'я, приказки, що символізують прихід весни;
- приготувати і принести на урок пташок, випечених із тіста або зроблених з паперу та літачків, розмальованих під пташок – символ приходу весни;
- друковані тексти закликання весни та прильоту першої пташки весни жайворонка;
- друкований віршований текст-хоровод для ритуально-обрядового дійства “Кривий танок”.

Конкурс розробок «Фантастична п'ятірка»

<https://naurok.com.ua/vihovniy-zahid-zaklikannya-vesni-svyato-yavdohi-5757.html>

ВИХОВНИЙ ЗАХІД

«ЗАКЛИКАННЯ ВЕСНИ. СВЯТО ЯВДОХИ»

Мета: розширити знання учнів про обряд зустрічі весни, розказати про свято Явдохи, відроджувати звичаї та традиції нашого народу; поглибити поняття про розмаїття форм і пропорційні особливості будови птахів; удосконалювати навички роботи з солоним тістом, уміння передавати форму та пластику птахів на основі перегляду творів декоративно-прикладного мистецтва; сприяти формуванню поваги до праці народних майстрів і розумінню краси; розвивати в учнів фантазію, уяву, творчість; виховувати почуття любові до свого народу і рідного краю, прагнення відроджувати обрядовість свят.

Обладнання: святково прикрашений кабінет (українська хата, піч, вишиті рушники, стіл, застелений вишитою скатертиною, ікона преподобної мучениці Євдокії, таблиці, ілюстрації із зображенням керамічних виробів, глиняні іграшки, ілюстрації художників-пейзажистів із зображенням птахів та весняних пейзажів, вірш про весну.

Технічні засоби: проектор, презентація «Українське свято. Традиції та обряди», музика (П.І. Чайковський «Пори року. Березень», пісня жайворонка, «музика лісу»).

Інструменти та матеріали: солоне тісто, стеки, дощечка для ліплення, серветка, фарби, пензлі, склянка з водою, зразок виробу.

ПЕРЕБІГ ЗАХОДУ

I. МОТИВАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ (на дошці записано тему й епіграф заходу)

Стояла я і слухала весну,
Весна мені багато говорила,
Співала пісню, дзвінку, голосну,
То знов таємно-тихо шепотіла.
Вона мені співала про любов,
Про молодощі, радощі, надії,
Вона мені переспівала знов
Те, що давно мені співали мрії.
Леся Українка

II. ВСТУП

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

Учитель. Діти, сьогодні у нас урок творчості. А вона – це джерело доброти, краси. Давайте зручно сядемо, посміхнемося один одному і скористуємося правилом: «Видумуй, пробуй, твори! Розум і фантазію ти прояви!»

Людина за своєю природою – художник. З давніх-давен нею керувало бажання збагатити красою усе, що її оточувало.

Звучить «Музика лісу».

Природа мудра, що його й казати.

Свої закони в неї і права.

Вона все знає, що й коли почати,

Вона чарівна, дивна і жива.

Бруньки так швидко-швидко набухають,

І визирнуло вже зело з землі.

Листочки розвиватись починають,

Й разносять аромат квітки малі.

Й метелики прокинулись строкаті,

Пилок свій перший бджоли узяли.

І шумно стало на веснянім святі,

Свою роботу птахи почали.

Все поспішає жити і радіти,

Цвісти, рости, продовжувати рід.

І серце радують чарівні квіти

То ж до природи придивитись слід.

У ній звичайно, загадок багато.

Й краси, чарівності і простоти.

Радій і ти – прийшло весняне свято,

То ж в синь небесну радісно лети!

ІІІ. ОСНОВНА ЧАСТИНА

1. Знайомство з народними традиціями зустрічі весни (повідомлення учнів).

Учитель. Слов'янські народи мають величезну духовну та культурну спадщину, яка складається зі звичаїв, традицій, фольклору. Українці не є винятком. Заглиблення в народну обрядовість предків – це святий обов'язок кожного етносу, адже розуміння цінностей свого народу впливає на планування майбутнього, на виникнення нових традицій.

Культурна спадщина України неповторна і самобутня. Для кожної пори року, для кожного свята притаманними були свої особливі традиції. Багатьма обрядовими діями супроводжується початок весни в Україні.

1-ий учень. Свято весни – це величний, поетичний гімн людині, весняній природі та її господарським і родинно-побутовим обов’язкам. Раділи приходу весни всі: і старі, і молоді, і діти. Справжній прихід весни пов’язували зі святом преподобної мучениці Євдокії або Явдохи, яке припадає на 14 березня. У народному побуті – Явдохи-Плющихи, названої ще Веснівкою («Веснівка-Явдошка, дай тепла трошки»). Плющиха – бо цієї пори дмуть теплі весняні вітри, які «плющать» шар снігу або криги, починають підтавати снігові замети.

За повір’ями, Явдоха – це свята жінка, яка завірувала в Бога весною. До неї ставилися з великою пошаною і не працювали в цей день, щоб не розгнівати святу. У молоді роки Євдокія вела порочне життя, але під впливом ченця Германа відмовилася від хибного шляху, прийняла християнство. Надалі відзначалася суворим дотриманням обітниць, за що Господь наділив її даром чудотворення. Під час гонінь на християнство Явдоха тяжко постраждала, померла мученицькою смертю (додаток № 1).

2-ий учень. 14 березня починається весняне рівнодення. До цього дня випікали обрядове печиво – жайворонків. Таким чином утверджували перший день весни. Молодь співала веснянки, у яких зверталася до жайворонків, щоб ті принесли на крилах весну.

Сьогодні ми з вами також спробуємо зустріти весну так, як зустрічали її наші далекі предки. Давайте поринемо у минуле, аж у Київську Русь. Тоді люди повністю залежали від природи – від сонця, від морозу, від дощу. Вони вірили в те, що можуть вплинути на сили природи. Чим саме? Словом, піснею, магічною дією. Вірили, що й весна швидше прийде, якщо її покликати.

Звучить веснянка «Виходьте веснянки співати».

3-ій учень. Із краю-краю

Пташок викликаю:

Летіть, жайворонки,

До нашої сторонки,

Спішіть, ластів’ята,

До нашої хати –

Весну зустрічати,

Зиму проводити.

4-ий учень. У небі жайворонки в’ються,

Заливаються-сміються,
Грають, дзвонять цілий день,
І щебечуть, і співають,
І з весною світ вітають
Дзвоном радісних пісень.

5-ий учень. Закінчивши закликання, діти грали зі своїми жайворонками, а потім їх з'їдали. Але їли не всю пташку – залишали голову. Кожен беріг її для своєї мами і вдома віддавав її зі словами: «Нате, мамо, голову жайворонка. Як жайворонок високо літав, так і щоб і льон твій високий став. Яка у жайворонка голова, так щоб і льон головатий був».

6-ий учень. В інших місцях господині виходили за околицю, розстеляли на землю полотно, клали на неї хліб, кланялися в землю і говорили: «Ось тобі, матінко-весна!» А діти брали спечених жайворонків, йшли в поле, підкидали їх у повітря, ловили, промовляючи: «Ой, ви, жайворонки-жайвороночки, летите в полі, несіть здоров'я!»

7-ий учень. Селяни ретельно стежили за поведками тварин і птахів. Люди вірили, що у цей день повертаються з вирію ластівки. Був такий звичай: той, хто на Явдохи побачить ластівку, мав узяти в жменю землі й жбурнути в неї, побажавши: «На тобі, ластівко, на гніздо, а людям – на добро!» Ластівки в Україні завжди користувалися особливою пошаною та охороною. Вважалося, що зруйнувати ластів'яче гніздо – великий гріх.

8-ий учень. І поети, і художники теж люблять весну. Мабуть, ні один не обійшов увагою цю прекрасну пору року.

Перегляд репродукцій картин художників із декламуванням віршів про весну (додаток № 2).

9-ий учень. За птахами вгадували і погоду: «стеляться» ластівки по землі – скоро затепліє, можна буде сіяти овес. Якщо ж навпаки («бояться» землі) – ще утримається холод. При цьому мала значення й кількість птахів, бо ж «Одна ластівка весни не робить».

У народній мудрості зі святом Явдохи пов'язано безліч прикмет. Городники вважали, якщо під Явдоху висіяти на розсаду капусту, то вона не боїтиметься морозів. Те ж саме стосувалося і рільників, бо «Удова Явдоха виходить з плугом». Яку ж погоду віщує вона?

- Як вода капає зі стріх, то ще довго буде холодно.
- Як вітер на Явдохи, такий буде і до Покрови.

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

- Якщо на Явдохи вітер теплий – на мокре, вітер з півночі – на холодне, крутитиме млини – так крутитиме снопи в полі; якщо повіє од Дніпра (із заходу), то добре ловитиметься риба, а коли зі сходу – роїтимуться бджоли, а з півдня – врожайний рік на хліб.
- Повний місяць з дощем – бути мокрому літові.
- Якщо ранок ясний – сій ранню пшеницю, в обід ясно – розраховуй на пізній засів.
- Якщо день сонячний – вродить пшениця, а похмурий – просо і гречка.
- Якщо біля порога калюжі води, то пасічники купатимуться в меду.
- Якщо на Явдохи біля порога калюжі, то пасічники купатимуться у меду.
- На Явдоху холодно – худобу годувати зайві два тижні.

10-ий учень. З днем преподобної мучениці Євдокії пов'язано і чимало влучних прислів'їв:

- Явдоха з водою, а Юрій з травою.
- Євдокія красна, то й весна красна.
- На Явдохи води по боки.
- Прийшла Євдокія – селянинові надія.
- Прийшли Євдокії – дядькові затії: плуга чинити, борону точити.
- У Явдохи сила – весь поділ замочила.

Учитель. Як бачите, з весняною Явдохою пов'язано чи не найбільше народних спостережень і прикмет. Це цілком природно, адже «Один день весни цілий рік годує», а «яка Явдоха, таке й літо».

IV. ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

1. Учитель. В українських традиціях весна була часом пробудження Живи, тобто живого і життєрадісного. У народному календарі Сороки (Сорочини) або Жайворонки – свято, яке присвячене птахам. Пташка – це вісник радості й сонця. Святкові «лелечини», «сорочини», «ластівки» мали на меті прикликати пташок з Вирію – тобто країни, де перебувають душі предків. Їх поминали, а з пташками поверталася тепло і достаток на рідну землю. Так називаються і обрядові коржики, весняне печиво у вигляді пташок – «жайворонків», які печуть дітям, щоб вони, ходячи вулицями, закликали птахів із Вирію.

2. Технологія виготовлення виробу «Жайворонок»

(перегляд презентації, пояснення практичної діяльності вчителем)

Жайворонків ліпили по-різному. Існує багато різновидів цих іграшок – з крилами, з пташенятами на спині тощо.

Сьогодні і ми, за давньою традицією, будемо виготовляти жайворонків. Наша практична мета – навчитися ліпити декілька видів жайворонків. Для цього ви повинні зрозуміти і запам'ятати послідовність дій, навчитися моделювати фігурки із шматка тіста, досягти охайності виконання роботи, засвоїти прийоми прикрашання «жайворонків».

3. *Послідовність ліплення* (додаток № 3):

1. Виліпити основу фігурки жайворонка з кульки потрібного розміру.
2. Легкими рухами викачати ковбаску.
3. З ковбаски зробити вузол.
4. З одного кінця зробити голову, з іншого – хвіст.
5. Зробити очі.
6. Декорування.

4. *Правила техніки безпеки та культура праці*

1. Солоне тісто – добрий матеріал для ліплення, але його не треба брати у рот, не можна ним кидатися.
2. Не розмахуйте стеками, щоб не поранитись.
3. Закінчив роботу зі стеклом – відклади його.
4. Ліпити тільки на підкладній дощечці.
5. Під час заняття потрібно сидіти прямо, тримаючи обидві руки на робочому столі.
6. Після роботи руки треба витерти серветкою і добре вимити.

Під час самостійної роботи учнів учитель надає індивідуальну теоретичну і практичну допомогу, використовуючи демонстраційні таблиці.

5. Динамічна пауза

Давайте зробимо невеличку розминку: зобразимо долонями рук пташок, які летять до нас із далеких теплих країн. Рухи кістей і пальців повинні бути

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

плавними і красивими. Працюють не лише долоні й пальці, а й руки (опускаються і піднімаються), зображуючи політ пташок. Тепер давайте зобразимо рухи птахів, які нахиляють голови, щоб клювати зерна. Також зобразимо пташку, яка відкриває дзьоб і співає.

(Діти повторюють за вчителем рухи, по-своєму їх інтерпретуючи; продовження практичної роботи учнів)

6. Прибирання робочих місць.

V. ПІДСУМОК. ОЦІНЮВАННЯ ВИРОБІВ

Учитель. В. Сухомлинський сказав: «Будь майстром, поетом, художником у справі, яку ти любиш!».

Пташки гарні ми зліпили.

Наче всі вони ожили.

Кожна гарна, кожна мила

Буде радувати мило

Буде пташечка співати

Весну вітати.

От і зустріли ми весну за давнім українським звичаєм, відтворили народний фольклор. У цих обрядах, традиціях наше коріння, краса, талант і мудрість нашого народу. Тож давайте їх вивчати і берегти!

ЛІТЕРАТУРА

1. Антонович Є.А. Декоративно-прикладне мистецтво: Навч. посібник для пед. ін-тів. – Львів: Світ, 1992 . – 272 с.
2. Антонович Є.А. Художні техніки у школі. – Київ: ІЗМН, 1997. – 86 с.
3. Веснянки: Українські народні пісні . – Київ : Дніпро, 1984 . – 109 с.
4. Воропай О. Звичаї нашого народу: Етнографічний нарис. – Харків: Фоліо, 2005. – 508 с.
5. Дмитренко М.К., Дмитренко Г.К. Уроки з народознавства. – К.: Редакція газети «Народознавство», 1995. – 222 с.
6. Кравець О.М. Сімейний побут і звичаї українського народу: історико-етнографічний нарис. – К.: Наукова думка, 1966. – 198 с.
7. Лозко Г.С. Українське народознавство. – 3-є вид. – Х.: Видавництво «Див», 2005. – 472 с.

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

8. Потапенко О.І., Кузьменко В.І. Шкільний словник з українознавства. – К.: Український письменник, 1995. – 292 с.
9. Сапіга В.К. Українські Народні свята та Звичаї. – К.: Т-во «Знання України», 1993. – 112 с.
10. Українське народознавство. Навчальний посібник / За ред. С.П. Павлюка, Г.Й. Горинь, Р.Ф. Кирчіва. – Київ: Знання, 2004. – 570 с.
11. <https://ru.wikipedia.org/wiki>
12. <http://nashe.com.ua/songs/genre/17>
13. <http://traditions.org.ua/kalendarni-sviata/vesniani-tsykl/1662-14-bereznia-yavdokhy>
14. <http://www.slideshare.net/Savua/yavdoha>
15. <http://deti.e-papa.com.ua/prikazki/prikmeti-pro-vesnu/>

ПРОВІДИ РУСАЛОК У ЛІТНЬОМУ ЦИКЛІ СВЯТ



Щороку в ніч із 6 на 7 липня українці відзначають Івана Купала. Це свято відоме нам ще з дохристиянських часів і завжди було популярним серед наших предків. Церква намагалася боротися з цим язичницьким святом, але купальські ритуали та традиції передавалися з покоління до покоління.

Свято Івана Купала має фіксовану дату і щорічно відзначається в ніч на 7 липня за старим (юліанським) календарем або 24 червня за новоюліанським календарем. Зазвичай гуляння починаються ввечері 6 липня і тривають до ранку

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

наступного дня. Урочистість збігається за датою із християнським святом Різдвом Іоанна Предтечі.

Раніше Івана Купала було присвячено дню літнього сонцестояння 22 червня. Але потім церква приурочила його до дня народження Іоанна Хрестителя 24 червня, намагаючись замінити купальські традиції християнськими.

Історія свята Івана Купала

Витоки звичаїв Івана Купала сягають корінням у далекі язичницькі часи. У дохристиянський період свято було присвячене літньому сонцестоянню, буянню природи та прославленню бога Сонця Ярила.

З приходом християнства свято не зникло, але втратило свій сакральний язичницький сенс. Для українців воно стало просто приводом повеселитися та розважитися. Особливо любила його молодь. У кожному регіоні України встановились власні купальські традиції. У якомусь сенсі Івана Купала стала святом закоханих, оскільки у багатьох ритуалах беруть участь пари.

Традиції святкування Івана Купала



Вода та вогонь – дві головні стихії свята Івана Купала. У воді в це свято купаються, миють волосся і пускають по ній вінки. Також на Купала ходять босоніж по росяній траві. А вогонь, за давніми повір'ями, в цей день набуває очисної сили. У багатті спалюють зламані речі та одяг хворих, а також стрибають через нього парами.

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

Наші пращури вірили, що рослини в цей день набувають чудодійної сили, а цілющі трави стають ще кориснішими. У ніч із 6 на 7 липня народ не спав. Увечері напередодні Купали всі збираються на березі водоймища, де влаштовуються галасливі застілля з піснями, танцями та різноманітними конкурсами. Зазвичай на свято розводять багаття та стрибають через нього. Ці стрибки є свого роду обрядом очищення та способом привернути успіх.

У багатьох регіонах на Купалу раніше виготовляли штучне деревце із польових трав та квітів, яке ставили по центру села. Навколо купальського дерева водили хороводи.

Невід'ємною частиною купальської ночі є ворожіння та магічні ритуали. Дівчата ворожили по нитках, свічках, вінках та польових травах. Була популярною така розвага - дівчина кидала свій вінок у купу хлопців, а її коханий мав зловити прикрасу. Якщо вийшло, то у пари кохання буде міцним.

Що можна та не можна робити на Івана Купала

Здавна вважалося, що в Купальську ніч прокидається нечисть і влаштовує шабаш, тож у цей день не ходили на природу, щоб мавки та лісовики не потягли з собою. Тільки сміливці цієї ночі ходили шукати квітку папороті.

На Івана Купала не можна брати і давати гроші в борг, щоб не передати в чужі руки своє щастя і благополуччя. Також не слід підбирати на дорозі гроші чи втрачений кимось предмет – інакше ризикуєте звалити на себе чужий обов'язок чи вантаж.

Також за давніми віруваннями вважається, що стрибати через купальське багаття за руки не можна з ким завгодно. Робити це треба лише з коханою людиною.

[Конкурс розробок «Фантастична п'ятірка»](https://naurok.com.ua/scenariy-svyata-oy-na-ivana-ta-y-na-kupala-35467.html)

СЦЕНАРІЙ СВЯТА «ОЙ НА ІВАНА ТА Й НА КУПАЛА

(<https://naurok.com.ua/scenariy-svyata-oy-na-ivana-ta-y-na-kupala-35467.html>)

Звучить музика «Ой на Івана Купала»

ВЕДУЧА : Ми радо вітаємо всіх у прекрасному куточку нашого мальовничого краю в гостинній Манвелівці!

Добрий вечір, оселі і хати,

Добрий вечір, хлопці й дівчата!

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

Вечір добрий купальському святу,
Що зібрало народу багато.
Розпочнемо ж свято, година настала
А зветься це свято Івана купала.
Тут лунає пісня, чути сміх і жарти
тож дозвольте щиро – будем починати!

З глибини віків прийшло до нас Купало – свято літнього сонцестояння,
свято тепла, молодості та кохання.

За язичницьким повір'ям, це – ніч шлюбу бога літнього сонця Купала з
богинєю води Мареною. Від того, як вшанувати це свято, залежав майбутній
урожай.

Тож слався, земля урожайная, щедра манвелівська наша земля! Та щоб
увесь народ дивувався, який у нас перший снопик удався!
Щановні друзі! Ми гордимось нашим краєм, ми пишаємось хліборобським
родом! Тож нехай перше ваговите колосся стане у цьому році нашим хлібом
насущним.

**Пісня «Зеленє жито зелене»,
дівчата вручають дідухи гостям свята.**

Ой на Івана та й на Купала
красна дівчина долі шукала.
ой вийди, доле, в чистєє поле,
в чистєє поле, в зелен лісочок
послухай, доле, її голосочок.
Ой на Івана та й на Купала
красна дівчина долі шукала.
Просилася в мами вона на гуляння
Ой на Івана та й на Купала!

Танець «Мамина хустка»

Вед. 1 Ой на Івана та й на Купала
Там дівчинонька квіти збирала,
Квіти збирала, в пучечки клала.

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

Марену, деревце зелене уквітчала.

Вед. 2 Ну, а хлопці на Купала

Цілу ніченьку не спали,

Опудало купальське споряджали.

Звучить музика «Кругом Мареноньки». В цей час дівчата з польовими квітами йдуть до Марени, сідають кругом неї і плетуть вінки, прикрашають Марену, водять хоровод.

Вед. 1 Ось і уквітчана Марена. Дівчата добре постаралися.

Дівчина 1 Очевидно, наша Марена буде краща, ніж хлопчачий Купало.

Дівчина 2 Хто зна.... Хлопці здатні на будь-які витівки!

З іншого боку ідуть хлопці (попереду хлопець несе Купало) під пісню «Купальська ніч» (Ю. Ящук)

Дівчата разом Купало, Купало! Де ти зимувало?

Хлопці разом Зимувало в лісі, ночувало в стрісі!

Хлопець 1 А чого це ваша Марена, як курка варена?

Дівчина 1 Краще подивіться на свого Купала!
Весь обідраний, наче пси покусали.

Хлопець 2 На Купала була, сорочку забула,
Не піду додому, боюся сорому!

Дівчина 2 А чого це ти на мене усе поглядаєш?
Не доріс, маленький!

Хлопець 3 Ой, дівчата, перший погляд завжди обманенький,
Стережіться ви мене, бо я удаленький!

Дівчина 3 Ой, дівчата, погляньте на цих соколів, такі дужі,
а сопуть, як міхи.

Хлопець 4 У мене на подвір'ї кривоногі бики!

Дівчина 4 Я сама не кривонога, кривоногі парубки!

Хлопець 5 Підійди-но ти до мене, чорнява, кирпата...
Ні, не ти... Нехай підійде ота язиката!

Хлопець 6 Та годі вам, дівчата, сваритися!

Ви ж у нас найкращі! Краще одягніть нашого Купала.

Дівчата беруть Купало та починають одягати. (Купальська ніч)»

Вед. 1 О, тепер Купало гарний, парубок хоч куди!

Дівчина 1. Ну що, дівчата, час вінки на воду пускати,

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)
свою долю шукати.

Дівчина 2 Але спершу треба у Водяника дозволу спитати
та й на свято його викликати.

Дівчина 3 Добре! Давайте підемо та й запросимо його до нас!

Дівчата підходять до ведучої.

Ведуча 1 (дівчата повторюють за нею кожну строчку):

Вийди, діду Водяник,
Вийди, вийди з глибини,
Дозволь нам купатися,
Над водою гратися,
Кидати віночки
І вести таночки.

Виходять русалки, танцюють танець.

1. Нема села без криниці, а криниці без водиці!
Без снігу сумна зима, а без русалок Івана-Купала нема!
2. Зійшло сонце, заграло! Ми прийшли до вас на Купала!
Танцювати і співати, долі і собі шукати!
3. На Івана, на Купала і наші бабусі щастя шукали.
Долі благали у сонця й води, щоб горя не знати, не знати біди.

- 1-а. смійтеся щиро нам, люди веселі!
- 2-а. хай будуть багатими ваші оселі!
- 3-я. хай кожна родина щасливою стане!
- 4-а. хай доля нікого із вас не обмане!
- 5-а. щастя й здоров'я всім вам бажаю,
хай пісня лине і музика грає!

Виходить водяний. музичний фон.

Водяний:

Мені почулось аж на дні, як ви - царівни водяні,
Забули про старого батька, що вас одвічно опікав...
За цей непослух мушу покарати..., а ну, русалки, всі мерщій у став!

Русалка

Невільницями ми ніколи не були, Купало - це ж і наше свято!

Русалка

Де є веселощі, русалки там завжди. Ходім, подруженьки, у коло танцювати.

Русалка

Водянику-батьку грають там музики! Без музики, що ж то за свято!

Водяник:

Ну добре, добре, залишайтеся, але недовго, бо ваше свято не сьогодні, а 2 серпня, в день Іллі.

Музичний номер

Ведуча:

Ну а зараз я запрошую дівчаток з віночками підійти до мене. Шановні друзі, до вашої уваги хоровод віночків, які продемонструють наші дівчата. Вітайте їх гучними оплесками!

Хто ще не приєднався до нас? Підходьте!

Музичний номер

Музика (з'являються відьми, чортики і всяка нечисть)

Ведуча:

Ой, дивіться люди, що воно за диво? ой, людоньки, та це ж нечиста сила!..

Чорти: тільки вашого купало нам, чортам, не доставало... сіль на хвіст...

Відьми:

Ач, самі тут святкують, а нам до півночі під греблею сидіти?..

Та ж сьогодні купало - і наше свято. До третіх півнів можемо гуляти.

Ми вже сьогодні добре потрудилися:

п'ять невісток з свекрухами посварили,

три сім'ї розбили,

три хати спалили,

от які у нас сили!

Чортеня: чи в дворі підметено? чи в хатах прибрано? бо ми будемо підмітати, по засіках вигрібати. на купала данину збирати!

Ведуча:

Ну, дорогенькі, ми вас на свято, відьмочки, не ждали,

Ви самі приперлись на Івана Купала.

так танцюйте нам, відьми, покажіть таланти.

Грайте веселіше відьмам музиканти.

Чортенята гарні і ви не сумуйте,

з відьмами на святі весело танцюйте.

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

Грайте їм, музики, веселий таночок.

бо нечисту силу ми кинемо в ставочок.

Нечисть танцює під швидку музику, а потім тікає зі сцени.

Ведуча:

Геть, нечиста сила, звідси. Сьогодні свято радості, кохання і добра!

Музичний номер

Водяник:

Скажу вам, люди, вже не одну тисячу літ прожив я на світі та на Купало молодію відразу. На Купало - Сонечко я Купаю, а добрим людям здоров'я прибавляю. Отож будьте всі здорові /обливає всіх водою, русалки допомагають\

Ведуча: Ми вітаємо всіх Іванів, Іванок та Івановичів, всіх присутніх і навіть тих, хто прийшов з веселим купальським святом. У цю святкову ніч ми шлемо вам найкращі побажання!

Ведуча:

Дорогі друзі, чи не час розпалювати багаття?

Музика підпалювання вогнища

Хлопці й дівчата, несіть до ватри Купала та Марену. Нехай з полум'ям згорить всяка нечисть і зло, нехай вогонь забере хвороби та навороти. А як згорить – розметіть попіл та вкиньте його у воду. Тримайся ж купальське опудало!

Дорогі друзі! Давайте усі разом промовимо закличку, повторюйте за мною:

Гори, гори ясно, аби не погасло

Хай не доля стогне

Хай радіє щастя

Гори, гори ясно, аби не погасло!

Ой на Івана, ой на Купала,

Яскраве багаття на щастя палало.

Тепло дарувало рідній землі

Щоб щедрий врожай був на добрім стеблі

Щоб хліб і до хліба, тепло до тепла.

Щоб кожна сім'я в достатку жила.

Прощай, прощай Купалонько

Прощай, прощай Маренонько

Наступного року

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

Прийдіть до нас із милістю
Ждемо вас із радістю!

Хоровод навколо вогнища.



ПОКРОВА В ОСІННЬОМУ ЦИКЛІ

«Фантастична п'ятірка» (<https://naurok.com.ua/tekst-ilyustrativniy-material-pokrova-v-cikli-svyat-ukra-nskogo-narodu-353563.html>).

14 жовтня українці відзначають свято Покрови Пресвятої Богородиці або, як кажуть в народі, Святої Покрови.

Покрова Пресвятої Богородиці по праву вважається найбільшим осіннім святом. Традиційно до покрови завершується заготівля врожаю на зиму та розпочинаються приготування до весіль.

«Покрова накриває траву листям, землю снігом, воду – льодом, а дівчат – шлюбним вінцем» – в українських селах і до сьогодні дотримуються давньої народної традиції справляти весілля після Покрови. Від Покрови і до початку Пилипівки – пора наймасовіших шлюбів в Україні.

Для українських козаків Покрова була найбільшим святом. Цього дня відбувалися вибори нового отамана. Козаки вірили, що свята Покрова охороняє їх, а Пресвяту Богородицю козаки вважали своєю заступницею і покровителькою. На Запорозжжі була церква святої Покрови.

Відомий дослідник звичаїв українського народу Олекса Воропай писав, що після зруйнування Запорозької Січі в 1775 році козаки, що пішли за Дунай в

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

еміграцію, взяли із собою образ Покрови Пресвятої Богородиці, який і був їм символом захисту.

Впродовж століть в Україні це свято набуло ще й козацького змісту та отримало другу назву – Козацька Покрова.

Із 1999 року свято Покрови в Україні відзначається як День українського козацтва, а згодом – як День захисників і захисниць України.

Сценарій

Вед: Добрий день, дорогі друзі! Завтра ми з вами будемо відзначати декілька свят, адже 14 жовтня – Свято Покрови Пресвятої Богородиці, покровительки українського козацтва та День Захисника України.

Ведучий : Улюблена Богом перлина,

Для всіх українців одна,

Козацька моя Україна

Хлібів золотих сторона.

Негодами лютими бита,

Віками ти йшла до мети.

Тобі в небі зорею світити,

І волю і долю знайти.

Ведучий :Розселив Господь людей по всьому світу і кожному народові дав землю. Богом дана земля є святою і рідною, тому її захист – це найперший обов'язок народів.

Ведучий :Для українців такою землею є Україна. Вона полита потом і кров'ю сотень поколінь, їхніх працелюбних і героїчних предків. Шануймо героїчну історію нашого великого народу.

Ведучий :14 жовтня церкви східного обряду відзначають свято Покрови Пресвятої Богородиці. Його суть – ідея заступництва Божої Матері над християнами. Свій початок свято бере з IX століття: у Константинополі під час служби у Влахернській церкві блаженний Андрій удостоївся явлення Богородиці. Вона простягла свій покров над людьми в знак того, що дає їм свій захист.

Ведучий :Вшанування Пресвятої Богородиці Покрови – захисниці від ворогів має глибоке коріння і в Україні. Ця традиція прийшла з Візантії разом із запровадженням Володимиром Великим християнства у 988 році. Князь Ярослав Мудрий збудував у Києві церкву на Золотих Воротах як вияв вдячності

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

Богові і Пресвятій Богородиці. Князь Володимир Мономах писав, що перемогам над половцями завдячує Богові і заступництву Пречистої Діви Марії.

Ведучий: Традиція вшанування Покрови як покровительки українського війська перейшла від руських князів до козацтва. Свято Покрови Пресвятої Богородиці було одним з найголовніших свят козаків, за що воно отримало другу назву – Козацька Покрова.

Ведучий: Ми з вами живемо на цій славній землі українській і повинні знати про подвиги своїх запорожців, а також про наших земляків воїнів-захисників АТО, які і сьогодні продовжують героїчну сторінку нашої історії, захищаючи наші кордони від ворогів.

Ведучий: День захисника Вітчизни –
Мужності й героїства свято .

І ми вклоняємося тим,
Хто літ тому назад багато
І тим, хто нині з автоматом
Наш спокій береже і захищає,
Всю нашу велику родину,
Рідну землю свою – Україну.

Ведучий: Нелегкою була доля українського народу. В її історичному минулому були роки процвітання і тяжкі роки поневолення.

Ведучий :Не встигли загоїтись важкі рани минулої війни , як на Сході України прогрімili нові постріли і вибухи гранат, де воюють найкращі сини України.

Ведучий :А всіх їх чекає МАТИ....
Вед: Як зірка далека,
упала сніжинка на руку.
Сльоза на долоні. Сльоза і мовчання.
Бо знову у двері постукала
звично розлука,
І знов ти сама на пероні
чекання...

Ведучий: Я в серці несу твої болі
і вічні тривоги,
Тепло твоїх рук і хвилини прощання...

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

І знаю напевно: коли б не вернувся з дороги,
Стоятимеш ти на пероні чекання.

ПІСНЯ ПРО МАМУ

Ведучий: Засмутилася земля, що уквітчана весною,
Ой, болить мені душа й умивається сльозою...
Мій народе, зупинись, не топчи ти мою вроду,
Мого слова не зрічись, не зрікайся свого роду!
Мої діти по світах, там шукають щастя й долю,
А моя душа, мов птах, хоче вирватись на волю.
Україною зовусь й моя мова солов'їна,
Та красу мою, чомусь, знову кинули в руїну...

Ведучий: Дорогі присутні! Схилимо голови перед світлою пам'яттю
загиблих в зоні АТО, зокрема випускника 1992 року Сергія Бурлаки, вшануємо
героїв, а також всіх українців, які віддали своє життя за самостійність і
незалежність України... хвилиною мовчання.

ХВИЛИНА МОВЧАННЯ

Ведучий: Я – Україна! Я стою на колінах,
В тебе Всевишній знову молю:
Я – Україна! Не зламай мої крила,
Дай мені сили! Я зацвіту!

Ведучий: Горді мужі і князі, мою волю боронили,
Запорізькі козаки землю кров'ю освятили,
Де Кобзар і де Франко, слово Лесі Українки,
Пам'ятай же, мій народ, це одна моя кровинка!
Більш ніколи і ніхто мою долю не зламає,
Знов Карпати і Дніпро “Ще не вмерла” заспівають!
Україною зовусь й моя мова солов'їна,
Я ніколи не здаюсь, бо я горда і щаслива!

Ведучий: Я – Україна! Не впаду на коліна!
Я – Україна – в світі одна!
Я – Україна – твоя мати єдина!
Житиме вічно пісня моя!

ПІСНЯ

Ведучий : Українська земля... Земля, щедро полита кров'ю її синів та ворогів, земля, на якій протягом віків точилися трагічні й, водночас, героїчні події. . Щира віра нашого народу в Божу допомогу, сповнені сліз молитви до Божої Матері – покровительки всього воїнства українського були почуті десь там, в небесній канцелярії. Почуті і втілені в життя. І наші з вами святий обов'язок – неухильно дотримуватися заповідей предків, берегти здобуте у важкій боротьбі і стати справжніми патріотами молодого держави – України.



ДЕНЬ АНДРІЯ В ОСІННЬОМУ ЦИКЛІ СВЯТ

(ВИХОВНИЙ ЗАХІД ДЛЯ УЧНІВ 5-7 КЛАСІВ) (інтернет-ресурс:
<https://naurok.com.ua/scenariy-pozaklasnogo-zahodu-vechornici-na-andriya-208744.html>)

Мета: познайомити учнів із зимовими святами, обрядом проведення вечорниць, народним ворожінням; виховувати бажання відроджувати народні звичаї, почуття любові до рідного краю; формувати відчуття краси рідної мови.

Ведучі – 2 дівчини, одягнені в український одяг (дві куми).

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

Обладнання: комп'ютер, проектор, рушники, ікони, речі для ворожіння, свічки.

ХІД ЗАХОДУ

Ведуча 1: Доброго дня!

Ведуча 2: Доброго всім здоров'ячка!

Ведуча 1: У народі говорять: «Зима прийшла і празничків привела». І дійсно: взимку майже щодня – свято. Зимові свята починаються 4 грудня зі свята Введення в храм Пресвятої Богородиці, «коли вводиться літо у зиму». Цей день віщує, яким буде наступний рік: урожайним чи ні, посушливим чи дощовим. З цього дня у хліборобському розумінні починає спочивати земля, яку не можна копати лопатою аж до Благовіщення (7 квітня). Обряди зимового циклу пов'язані не тільки з періодом очікування весни як часу сівби, а й з давніми міфами про народження Всесвіту.

Ведуча 2: По всій Україні від Введення починали розучувати колядки, виготовляти «вбрання» для колядників і переряджених. Майже повсюдно вірили в полаз: хто вранці першим завітає до хати, той буде полазником; від нього залежатиме щастя, здоров'я чи лихо. Достаток віщував молодий відвідувач, та ще й коли був з грошима; нещастя — старий, немічний, особливо стара баба або той, що приходив щось позичати. Щоб уберегти себе від таких випадкових відвідувачів, господарі подекуди старалися раненько ввести до хати свого «полазника»: вола, телицю, вівцю — своєрідне втілення селянського добробуту [5].

Ведуча 1: Цей день називають Святом жіночої долі або ж Днем великомучениці Катерини. Щорічно його святкують 7 грудня: прислухаються до прикмет, дотримуються традицій та ворожать на свою долю.

За легендами, свята великомучениця Катерина жила в Олександрії. У часи коли за християнські вірування людей переслідували та карали — вона була непохитною у своїх переконаннях.

Ведуча 2: Ба більше, пропагувала християнство та коли вкотре привела до віри нових людей (воїнів), її вирішили стратити. Жінка гідно прийняла покарання, не відреклася від віри, за що й була названа великомученицею. У період свята все ще продовжується піст перед Різдом. Тож усі заборони посту поширюються й на День Катерини. Не можна веселитися, голосно співати, танцювати. Заборонено виконувати хатні роботи, шити чи ремонтувати. Їсти можна тільки пісні страви: просту кашу чи борщ, щоби все було якомога

скромніше. Ворожіння пішли від давнього свята жіночої долі, а от церква їх засуджує. Дотримуватися цієї заборони чи ні — особистий вибір кожної людини та її віри [11].

Вчитель: Дівчата зранку, до схід сонця зрізали в садку гілочку вишні, потім у хаті ставили у воду. Якщо до Меланки (Василя, 14 січня) гілочка зацвіте, то й доля дівоча буде гарною. Якщо ж засохне – недобрий знак.

Традиційно з приходом цього свята починалися морози, тому й були такі прикмети:

Як Катерина по воді, то Різдво по льоді

Ясна погода на Катерину – буде морозна зима.

Тепла погода – морози вдарять тільки на Варварин день (після 17 грудня).

Відлига і туман 7 грудня віщують морози через 10 днів.

Ведуча 1: *Тринадцятого грудня - День святого Андрія Первозванного.*

Стародавня християнська легенда каже, що апостол Андрій Первозваний проповідував християнство в самому Царгороді, на побережжях Чорного моря та в околицях нашої столиці - Києва. У народі ще це свято називають Калита. Воно вважається парубочим святом, оскільки у Андріївську ніч парубкам дозволено бешкетувати і робити різні збитки, а дівчата цієї ночі можуть дізнатись свою долю. Вже кілька днів до того, себто 7 грудня, у свято покровительки дівчат Катерини, починаються молодіжні обряди. Свято Андрія є продовженням молодіжних гулянь, де юнаки і дівчата шукають собі пару для майбутнього подружнього життя.

За традиціями наших предків, дівчата та хлопці сходилися до однієї хати ввечері 12-го грудня. Жартували, оповідали цікаві історії та грали в різні ігри, а в ніч з 12-го на 13-е грудня ворожили... [14].

Вчитель: Колись вечорниці були дуже поширені. На них молодь ближче знайомилася і пару собі вибирала. Було так заведено, що кожне село і навіть вулиця мала „свою” хату для вечорниць. Тож і ми сьогодні зібралися у цьому затишному приміщенні на веселі вечорниці, зі звичаями, ворожінням, іграми та конкурсами.

Як тільки вечоріло, дівчата йшли до господині, де мали відбутися вечорниці, приносили хто що мав: сир, масло, яйця, борошно, фрукти. Хлопці приносили цукерки. Дівчата приходили заздалегідь, щоб допомогти господині приготувати святкову вечерю. І наші дівчата сьогодні приготували багато смачненького і радо будуть пригощати присутніх.

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

Після заходу сонця надходили парубки, розсідалися по світлиці і тоді розпочиналося дійство. Починалося все із цікавих історій, які переказували хлопці, поки деякі дівчата з господинею накривали святковий стіл. Найдивовижніші оповідки розповідали старші парубки, вставляючи поміж тим всілякі жарти, щоб наймолодші дівчата не заспали, адже треба було 12-ї години ночі дочекатися, щоб наворожити собі свою доленьку... Хлопці і з дівчатами встигали порозважатися і їм збитки зробити для годиться.

Ведуча 2: Отож, розпочинаємо наше дійство. Пропонуємо вам, хлопці, позмагатися в кмітливості і відгадати загадки:

Бурячка і барабольку, Капустину і квасольку Наварили і їмо! Ще сметани додамо! (червоний борщ).

Є із сиром, із грибами, Із чорницею, вишнями. Можна цукром посмачити, Чи сметаною полоти (вареники).

Що за хліб такий святковий На рушник вмостився новий? (коровай).

І пухкенькі, і смачні. із пшениченьки вони. Зі здобного тіста, Просяяться, щоб з'їсти (пампушки) [4].

Страви наші хлопці знають на відмінно, мабуть, зголодніли. О про інше здогадається?

В лісі росло, в столяра пишалося, в гарного господаря прядивом вкривалося (стіл).

Входить, входить, а в хату не заходить (двері).

Чого хочеш – не купиш, а що хочеш продати – не продаси?! (це молодість і старість).

Вчитель: Давайте тепер позмагаємося, хто більше приказок і прислів'їв знає! Ведуча називає початок, а ви закінчуєте вислів.

Ведуча 1: Хлопцям про дівчат:

Гарна дівчинонька, як у лузі калинонька!

До роботи – „ох", а як їсть, то за трьох!

І хороша, і вродлива, біда тільки, що..... сварлива!

Дівчина хоч і з перцем, але з..... добрим серцем!

Вчитель: А тепер дівчата хлопцям про навчання нагадають:

Наука в ліс не веде, а з лісу виведе!

Вчення – світ, а невчення –тьма!

Чого навчився, того за плечима..... не носити!

Мудрим ніхто не вродився, а навчився.

Вчитель: Так, прислів'я та приказки є висновками з досвіду та спостережень наших пращурів та безцінними коштовностями нашого фольклору. Добре, що ви їх знаєте, бо вони дають змогу вам, молоді, формулювати світогляд на етику, мораль, історію. Ці перлини усної творчості рекомендують чи застерігають, схвалюють або засуджують, тобто повчають. Згадаймо вислови про мову:

Щире слово, добре діло душу й серце обіграло.

Не говори, що знаєш, але знай, що говориш.

Впік мене тим словом, не треба й вогню.

М'які слова і камінь крушать.

Хто мови своєї цурається, хай сам себе стидається [16].

Ведуча 1: Увага на екран!

КЛІП «Про українську мову з натяком» (Павло Глазовий) [9].

Отож, не кидайте словами, як пес хвостом та будьте господарями своєму слову!

Ведуча 2: Знаєте, а я нещодавно почула розмову німця, англічанина та італійця, і у нас зайшла така розмова: у кого мова найкраща. Першим заговорив англієць:

- Англія країна великих завойовників і мореплавців, які рознесли славу англійської мови по всьому світі. Англійська мова - мова Шекспіра, Бай-рона, Дікенса, Ньютона та інших великих літераторів і вчених.

- Ні в якому разі, - гордовито заявив німець. - Німецька мова - це мова двох великих імперій - Великої Німеччини й Австрії, які займають більше половини Європи. Це мова філософії, техніки, армії, медицини, мова Шіллера, Гегеля, Канта, Вагнера, Гейне. І тому, безперечно, німецька мова має світове значення. Італієць усміхнувся і тихо промовив:

- Панове, ви обидва помиляєтеся, італійська мова - це мова сонячної Італії, мова музики й кохання, а про кохання мріє кожен. На мелодійній італійській мові написані кращі твори епохи Відродження, твори Данте, Бокаччо, Петрарки, лібретто знаменитих опер Верді, Пуччіні, Россіні, Доніцетті. Тому італійській мові належить бути провідною у світі.

- Вони ж по суті нічого не сказали про багатство і можливості їхніх мов. І запитала чи могли б вони написати невелике оповідання, в якому б усі слова починалися з тої самої літери?

- Ні, ні, ні! Це ж неможливо, - відповіли англієць, німець та італієць.

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

- На ваших мовах неможливо, а нашою - просто. Назвіть якусь літеру,- звернувся він до німця.

- Нехай буде "П" - сказав той.

- Добре. Оповідання буде називатися "Перший поцілунок" Я і видала їм! Ось послушайте: *Популярному перемишлянському поетові Павлові Подільчаку прийшло поштою приємне повідомлення: "Приїздить, пане Павле, - писав поважний правитель повіту Полікарп Паскевич, - погостюєте, повеселитесь". Пан Павло поспішив, прибувши першим потягом. Підгорецький палац Паскевичів привітно прийняв приїжджого поета. Потім під'їхали поважні персони - приятелі господарів. Посадили пана Павла поряд панночки - премилої Поліни. Поговорили про політику, погоду. Пан Павло прочитав підібрані пречудові поезії. Панна Поліна програла прекрасні полонези Понятовського, прелюдії Пуччіні. Поспівали пісень, потанцювали надеспань, польку. Прийшла пора пообідати. Поставили повні підноси пляшок: портвейну, плиски, пшеничної, підігрітого пунишу, пльзенське пиво. Принесли печені поросята, приправлені перцем, півники, пахучі паляниці, печінковий паштет, пухкі пампушки під печеричною підливкою, пироги, підсмажені плячки. Потім подали пресолодкі пряники, персикове повидло, помаранчі, повні порцелянові полумиски полуниць, порічок. Почувши приємну повноту, пан Павло подумав про панночку. Панна Поліна попросила прогулятися Підгорецьким парком, помилуватися природою, послухати пташині переспіви. Пропозиція повністю підійшла прохмелілому поетові. Походили, погуляли. ... Порослий папороттю прадавній парк подарував приємну прохолоду. Повітря п'янило принадними пахощами. Побродивши по парку, пара присіла під порослим плющем платаном. Посиділи, помріяли, позіхали, пошепталися, пригорнулися. Почувся перший поцілунок: прощай парубоче привілля, пора поетові приймакувати!*

Після тиші... пролунали оплески. Всі визнали: милозвучна, багата українська мова буде жити вічно поміж інших мов світу [3]

Ведуча 2: Ось тобі і маєш! А ви знаєте, що наша мова у світі займає друге місце після італійської по своїй мелодійності? Також ми дуже співуча нація та ще й з гумором. Увага на екран!

КЛІП «Лісапєд» [6].

Вчитель: Повернімося ж до свята Андрія. У цей день був звичай ворожити. Як же це відбувалося?

Як дівчата ворожили. Брала перстень, гілку мірти, ляльку й квітку паперову (квіти з різнокольорового паперу самі дівчата виготовляли осінньо-

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

зимовими довгими вечорами, якими ікони та портрети в кімнатах прикрашали), - і кожен рік під окрему тарілочку клали. Найперше старшій дівчині долю вгадували. Всі за неї переживали, бо хотіли знати чи вийде скоро заміж, чи ще буде цей рік діувати. Та дівчина, якій вгадували долю, не мала бачити, як дівчата будуть під тарілки фанти підкладати. І, як тільки їх розклали, то запрошували дівчину «тарілку» вибирати - свою долю вгадати. Кожна дівчина лише одну тарілку вибирала. Хвилювалась, бо вірила: що вибере на свято Андрія, це її й чекає. Якщо під тарілкою буде перстень, то вірили, що вже скоро заміж вийде; якщо - квіточка, то ще діуватиме; якщо мірта, то незабаром її розлука з милим чекає, а коли витягне ляльку, то зраду від коханої людини матиме. Спробуймо ж і ми, дівчата, поворожити.

Або ще так:

Ворожіння з валянком (куди вийдеш заміж). Дівчата по черзі кидають валянок, на дорогу, в якому напрямку покаже ніс валянка, туди і заміж візьмуть.

Ворожіння зі спалюванням нитки .Дівчата відрізають нитки однакової довжини та підпалюють їх. У якої з дівчат нитка першою догорить, та першою і одружиться.

Ворожіння з обручкою. Обручку опускають у воду. Потім підвішують на нитці над рукою тої, якій ворожать. Якщо обручка крутитиметься по колу, то першою дитиною у неї буде дівчинка, якщо по лінії – хлопчик [2].

Ведуча 1: А чим же в цей час займалися хлопці. У цей вечір, що б вони не зробили, їм все прощали, бо на Андрія кожен хлопець «пустує». Чого тільки хлопці не вигадували, щоб дівчатам збитки зробити: біля хати ниткою снують вулицю, по якій з вечорниць дівчата додому повертаються; ставлять опудала. Знімають ворота, залишаючи неподалік, щоб батьки швидко вранці знайшли, адже дівчата пізно повертаються додому і пізно прокидаються. Навіть шибки у вікнах малювали або папером вікна затуляли. У хаті темно, всі сплять, бо думають, що ще ніч...

Ведуча 2: Перевіримо ж, наскільки наші хлопці гаразді на вигадки. Ведуча читає слова, а хлопець показує пантомім

Ведуча 1: «Не мої ноги!»

Серед лісу, серед гаю у неділешній обід

Заснув мужик у чоботях, а проснувся без чобіт.

Прокинувся, протер очі, разів кілька позіхнув.

Разів кілька босі ноги з подивлянням повернув.

- Не мої се – каже, - ноги! Присягаюсь на чим світ. –

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

Бо мої в чоботях були, а ці босі, без чобіт [12].

Ведуча 2: *«Як лякати вовка»*

Електричкою мисливці їдуть на качок.

Скільки можна там почути всяких балачок!

Літній дядько молодому весело кива:

— Перевірим, як у тебе варить голова.

Йдеш ти полем без патронів, розстріляв усе.

А тобі назустріч вовка сатана несе.

Що ти зробиш?

— Заховаюсь в ямі, за кущем...

— Знайде, синку, й з'їсть негайно з шапкою й плащем.

Є одна мисливська хитрість, знай її і ти.

Не ховатись, а на вовка треба прямо йти.

Перед вовком сядь, роззуйся, і штани зніми,

І лупцюй по морді вовка мокримми штаньми.

Вовк штанів боїться мокрих більше, ніж вогню.

Це кажу я щирю правду, не якусь брехню.

Молодий йому не вірить, скося погляда.

— Добре, — каже, — якщо буде поблизу вода.

Чи баюра, чи калюжа, чи який струмок...

А як ні, то що робити?

— Не журись, синок!

Доки будеш роззуватись та знімать штани,

Десять раз у тебе стануть мокримми вони [8].

Ведуча 1: *Під час гуляння, що супроводжувалося танцями, співами та жартами, не забували і про калиту, яку випікали дівчата ще до приходу хлопців. За допомогою червоного пояса або стрічки калиту підвішували до сволока. Калита підіймалася вгору.*

«У небо, наша калита, у небо,

А ти, сонечко, підіймись

Та нас подивись.

Ми калиту чіпляємо.

На місяць поглядаємо,

Свою долю-радість закликаємо...»

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуюмо разом ігри за народним календарем)

За вільний кінець стрічки калиту притримує пан Калитинський, дотепний парубок або й дівчина, котрі вміють розсмішити громаду. Парубки повинні по черзі— затанцювати швидкий танок, перестрибуючи через рогачі, щоб не зачепити їх. Парубок, який вправився з цим завданням, брав коцюбу, сідав на неї верхом, як на коня, підстрибуючи під'їжджав до калити. Відкусити шматочок калити міг лише той парубок, який, незважаючи на жарти та дотепи молоді, не засміється.

Парубків, яким вдалося скуштувати калиту, величали Андріями, на голову їм дівчата одягали вінки з барвінку, прикрашені колосками жита, пшениці, пучечками калини і цілували в уста. Іноді дівчата теж пробували кусати калиту, але вони, як правило, їздили на рогачах. На закінчення гри калиту знімали і ділили між учасниками вечорниць [10]. Спробуємо ж і ми!

Ведуча 2: Яке ж українське свято проходить без частувань! Наші борщ і вареники знають у всьому світі, навіть пісні складають! Увага на екран!

ТОП-5 українських пісень про їжу. Вареники Голубці Борщ Пироги з сиром [13].

Ведуча 1: Та й наше сало люблять у всьому світові!

КЛІП «Сало» [7].

Ведуча 2: А які ж вечорниці без вареників?

Ведуча 1: То може пісню про варенички заспіваймо?

КЛІП «А мій милий вареничків хоче (Варенички)» Українська народна пісня [1].

Ведуча 2: Бувайте ж здорові, заходьте ще до нас на гостину! А зараз запрошуємо всіх до святкового столу!

Ведуча 1: Шановні гості!

Все, що на душі ми мали,

Вам сьогодні дарували.

Світлу мрію й ніжну казку,

Нашу пісню й теплу ласку.

Щебет солов'їний,

Славу неньки України!

КЛІП «Україна - це ти». Відео на пісню Тіни Кароль [15].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

1. А мій милий вареничків хоче (Варенички) Українська народна пісня.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=2VQydBOw9hg>
2. Ворожіння на Андрія: як у святкову ніч дівчата долю передбачають – найпопулярніші способи.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://www.unian.ua/lite/holidays/vorozhinnya-na-andriya-2020-yak-gadati-na-andriya-pervozvannogo-11252201.html>
3. Геніально сказано про українську мову.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://galychyna.if.ua/analytic/genialno-pro-ukrayinsku-movu/>
4. Загадки про українські страви.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://dovidka.biz.ua/zagadki-pro-ukrayinski-stravi/>
5. Зимові свята та звичаї українців.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://bilousivskashkola.wixsite.com/bilousivka/zymovisviataukrainciw>
6. Колектив "Лісапетний Батальйон" - Лісапед [Фінал][25.05.13].– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=OHGCo2mC7mQ>
7. Михайло Поплавський – Сало.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=WbnEB-FdpSU>
8. Павло Глазовий «Як лякати вовка» .– [Електронний ресурс].–Режим доступу: https://poems.net.ua/poet/Глазовий_Павло_Прокопович/Як_Лякати_Вовка
9. Політичний Мультифільм Про Українську Мову з натиюком. Павло Глазовий.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=369DBVhm0zA>
10. Свято Калити (Андрія) - одне з улюблених молодіжних свят .– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://storinka-m.kiev.ua/article.php?id=327>
11. Сьоме грудня – День Катерини, свято жіночої долі: народні прикмети.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://np.pl.ua/2020/12/7-hrudnia-den-kateryny-sviato-zhinochoi-doli-narodni-prykmeti/>
12. Степан Руданський «Не мої ноги».– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://www.myslenedrevo.com.ua/uk/Lit/R/Rudansky/Prykazky/NeMojiNogy.html>
13. ТОП-5 українських пісень про їжу. Вареники Голубці Борщ Пироги з сиром.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=siY6xHLD6QY>
14. Тринадцятого грудня - День святого Андрія Первозванного.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://veselivska-gromada.gov.ua/news/1544691835/>
15. Україна - це ти. Відео на пісню Тіни Кароль.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=076EyPEVWuU>
16. Українські народні прислів'я та приказки про мову: найкраща підбірка.– [Електронний ресурс].–Режим доступу: <https://www.amazingukraine.pro/culture/ukrayinski-narodni-pryslivya-ta-prykazky-pro-movu-najkrashha-pidbirka/>





СПОРТИВНЕ СВЯТО «КОЗАЦЬКІ РОЗВАГИ» (5 клас)

(інтернет-покликання:<https://naurok.com.ua/sportivne-svyato-kozacki-rozvagi-325748.html>)

1. Формування фізичної культури в учнів на основі традицій українського козацтва.
2. Прищеплювання навичок здорового способу життя, інтересу до фізичного вдосконалювання.
3. Навчити швидко орієнтуватися, приймати рішення в неординарних ситуаціях.
4. Здійснення міжпредметних зв'язків: фізкультура, музика, математика.
5. Виховувати почуття колективізму, любов до спорту.

Основні засоби: загальнорозвивальні вправи, присідання, стрибки, елементи танцю, вправи з предметами, біг і бігові вправи.

На уроці використовуються ігровий і змагальний методи.

Місце проведення: спортивна зала.

Інвентар: кеглі, картопля, ключка і шайба, магнітофон, валянки.

Оформлення: емблеми учнів

Вчитель: Петрашкевич Н. А.

Зал прикрашений гаслами: «Козацькому роду нема переводу», «Швидше, вище, сильніше».

Хід уроку:

I. Вступна частина уроку — 5 хвилин

Побудова, вітання, пояснення завдань уроку. Під звуки спортивного маршу клас входить у спортивний зал і шикується.

Учитель: Сьогодні ми проводимо урок «Козацькі забави». За давніх часів в Україні є така добра традиція: після трудового дня проводити свій вільний час, збираючись разом, у єдине коло, з розвагами, іграми, позмагатися в силі, спритності, улучності та кмітливості.

На вас чекають такі зупинки:

« Козацька»

- на якій ви відчуєте себе справжніми козаками та козачками.

« Історична»

- На цій станції ви перевірите свої знання про козаків

« Спортивна»

- де ви позмагаєтесь у швидкості

« Розважальна»

- справжні козаки вміли не тільки воювати, але й розважатися

Знайомство

1. Козак Тимур ! Він здолає всякий мур
2. Козак Максим ! Задасть жару тут усім.
3. А Кирило – наш козак. На всі руки він мастак.
4. Богатирська в нього сила
В козака у Олексія.
5. Владислав сором'язливий та завзятий козачина .
6. Ти Євгена козака
Не тримай за простака
Спортивний дух у хлопчика.
7. А Данило крила має
Всі дистанції здолає.
8. Козак Євген
Фантазер він і спортсмен.
9. Козак Сергій ! Вже сьогодні готов в бій.

Розвивайся, сухий дубе-

Завтра мороз буде.

Приготуйтеся, козаченьки,

Поєдинок буде.

Демонструйте свою спритність,

Розум, а ще вроду

Щоб гриміло:

(разом) «Козацькому роду нема переводу»

Козаки! Сини Твої Батьківщини,

В них сила духу непоборна!

Козацтво - слава України,

Це гордість наша всенародна!



1. Естафета «Стройова підготовка»

- Серед козаків багато часу приділяється стройовій підготовці, що дисциплінує і дозволяє добре орієнтуватися.

По черзі подають команди: ліворуч, праворуч, навкруги. Оцінюється чітке і правильне виконання команд.

- Швидкість і вправність у козаків відпрацьовувалася в щоденних завзятих тренуваннях.

II. Основна частина уроку — 30 хвилин

2. Естафета «Швидкий козачок»

(перенесення боєприпасів (картоплі))

3. «На волю».

Змагання на витривалість.

Бувало, що козаки потрапляли у полон до ворога. Але вони вміли непомітно, долаючи перешкоди, втекти на волю.

Біг у валянках.

4. Осідлай цього коня

А де ви бачили, щоб козаки та пішки ходили?

Недаремно про них пісні співають

А козаки їхали на конях

А серце їхнє билось на сполох

І як на це не подивись

А без коня не обійтись

Козаки у нас сучасні тож їм і коні потрібно – сучасні. Думаю ось ці їм саме в пору (скейти)



5. Снайпер

Ми в школі вчимося
Й сади ростимо,
Лісами, полями
В походи йдемо.
Прослались нам світлі
Шляхи до мети,
Під небом спокійним
Ми хочем рости.

Справжній захисник повинен вміти добре попадати в ціль.

І хоч наші учасники ще зовсім маленькі, але вони вміють це дуже добре робити. *(кожен учасник має спробу влучити шайбою в кеглі. Скільки кегель збито, стільки і очок.*

« Козацька»

(Діти стають парами)
Українські козаки були :
- дужими , мужніми
людьми:

« **Бій півнів**» - руки за спиною, на одній нозі виштовхнути суперника.

- сильними

- розумними

Назвіть чесноти козака ,які починаються із букв слова

Козак

К – кмітливий

О – озброєний, обдарований

З – завзятий,здоровий ,забавний, захисник

« **Історична**»

Наше перше завдання – питання з історії козацтва.

Як називається військове і господарське об'єднання козаків? (СІЧ)

Як називалось місце, де жили козаки? (КУРІНЬ)

Яка їжа була в козаків найулюбленішою? (КАША)

Символ влади гетьмана? (БУЛАВА)

Вони такі смачненькі, маленькі і великі, з сиром, картоплею, грибами. Що це?

На якому острові була збудована Запорозька Січ?(ХОРТИЦЯ)

Що одягали козаки замість штанів? (ШАРОВАРИ)

Як називались козацькі човни? (ЧАЙКИ)

А яка головна козацька страва?(КУЛІШ).

Ведучий. Усі козачата жити чесно будуть і правил козацьких не забудуть!

Які правила знають козачата? Доповніть правила:

Козак – чесна, смілива людина,

Найдорожча йому – ... УКРАЇНА.

Козак – слабкому захисник,

Цінити побратимство ... ЗВИК.

Козак вкраїнську любить мову,

Своє завжди ... ДОДЕРЖИТЬ СЛОВО.

Козак – безстрашний захисник,

Боротися ... ЗА ПРАВДУ ЗВИК.

Козак усім народам друг,

І лицарський ... У НЬОГО ДУХ.

– Козацькому роду ... НЕМА ПЕРЕВОДУ.

«**Розважальна**»

Ваше завдання :

Затанцювати український таночок:

Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Ігрова діяльність на уроках фізичної культури (проектуємо разом ігри за народним календарем)

(хто перетанцює всіх)

Хай, добрі люди, вам щастя буде,

Хай буде воля на все роздолля,

А до того ще й літ пребагато

На добро і згоду!

Хай не буде переводу козацькому роду!!!

Ось і закінчились наші розваги. Хотілося б побажати нашим козакам здоров'я, добра, сили, наснаги. Пам'ятаєте, дорогі діти, що ви є нащадками славних українських козаків. То ж любіть Україну, шануйте її народ. Хай кожен з вас своїми добрими справами і вчинками доведе, що козацькому роду нема переводу.

Ну а тепер після випробувань справжні українські козаки любили гарно поїсти , тож і ми пропонуємо вам скуштувати справжньої української козацької каші.

