**Консультация: «Народная подвижная игра** **как средство приобщения дошкольников** **к здоровому образу жизни».**

1. Значение подвижной игры для развития ребёнка.
2. Народная игра как школа воспитания ребёнка.

- развитие ловкости, меткости, быстроты, силы.

- воспитание доброты. Благородства, взаимовыручки.

     3.Считалки.

     5.  Условия проведения подвижных игр.

     6.  Народная игра в жизни детского сада.

     7.  Картотека народных игр.

     8. Список используемой литературы.

После проведения теоретической части мастер-класса - практическая часть.

**Цель:** Систематизировать представления педагогов о народных играх как о форме приобщения детей к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

1. Познакомить педагогов с некоторыми народными играми

2. Закрепить знания участников мастер – класса об организации и проведении подвижных игр.

3. Повысить профессиональную компетентность участников мастер – класса.

**Значение подвижной игры для развития ребёнка**.

       Одной из форм организации оздоровительной работы, приобщения к здоровому образу жизни являются  русские народные подвижные игры. Подвижные игры - естественная форма физических упражнений детей, соответствующих их анатомическим и психологическим особенностям, одно из условий культурного развития ребёнка. В них он осмысливает и познаёт окружающий мир, в них развивается его интеллект, фантазия, воображение, формируются социальные качества. Играя, ребёнок не только познаёт окружающий мир, но и преображает его.

       Оздоравливающее значение игр зависит от важного фактора, на который указывали все выдающиеся педагоги, начиная с Платона, – это интерес, чувство удовольствия, радости, сопровождающее игру.  П.Ф. Лесгафт указывал, что в национальных играх ребёнок приобретает знакомство с привычками и обычаями местности, семейной жизни, среды, его окружающей. Он считал подвижные игры ценнейшим средством всестороннего воспитания личности ребёнка, развития нравственных качеств: честности, правдивости, выдержки, дисциплинированности, товарищества.

       На большое значение народных подвижных игр указывали не только учёные и педагоги, но и общественные деятели. А.Н. Соболев, священнослужитель, отмечал, что «игры имеют громадное значение для детей по удовольствию, которое они им доставляют. В игре дети живут, …их самодеятельность, творчество проявляются здесь во всей силе; в игре вырастает весь облик играющих с их вкусами, наклонностями, умственным складом и дарованиями. Процесс игры приводит в движение всё существо играющего, как физическое, так и  духовное. Начиная играть, дети хотят именно играть, т.е. приятно провести время, им эта приятность игры побуждает иногда детей играть до полного утомления, до тех пор, пока есть у них какие-нибудь силы для игры. Деревенские игры не в пример разнообразнее и веселее городских.»

       Радость  движения сочетается в народных играх с духовным обогащением детей. В них заключается огромный потенциал для физического развития ребенка, формируется устойчивое отношение к культуре родной страны, создавая эмоционально положительную основу для  развития патриотических чувств.

**Школа воспитания ребёнка.**

      Народная подвижная игра – это школа воспитания, где удивительно совершенные и ценные произведения народного творчества, создавались и оттачивались десятками поколений, вбирая в себя опыт целого народа.  В ней свои «учебные предметы». Народные подвижные игры вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических и физических процессов, стимулирует переход детского организма к более высокой ступени развития. Игра развивает у детей ловкость, меткость, быстроту и силу, моторику, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы и законы физики.  Игра формирует высокую нравственность.

         Народные подвижные игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. Она учит премудростям жизни, добру и справедливости, чести и порядочности, любви и долгу.  Народные игры разнообразны, развлекательны и эмоциональны. Они доступны для детей, начиная с дошкольного возраста, но не менее интересны и для взрослых. Раньше, после тяжелого трудового дня, взрослые с удовольствием принимали участие в играх детей, обучая их, как надо развлекаться и отдыхать.

**Многообразие народных игр.**

        Народные игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками. Характерная особенность народных подвижных игр - движения в содержании игры (бег, прыжки, метание, броски, передачи и ловля мяча, сопротивления и др.). Эти двигательные действия мотивированы сюжетом игры. Специальной физической подготовленности играющим не требуется. Они просты и общедоступны. В них каждый может найти себе активную роль по силам и способностям. Атрибуты для этих игр могут быть изготовлены самими играющими, большинство игр не требует специально оборудованного места. Даже для подвижных игр достаточно обычной лужайки или «пятачка» во дворе. В неё можно играть на прогулках, во время вечернего отдыха, на семейных праздниках. Игры на свежем воздухе, особенно в весенне-осенние периоды, повышают устойчивость организма к простудным и инфекционным заболеваниям, а также к вредным влияниям неблагоприятной внешней среды.

        Таким образом, народные подвижные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности коми народа в физкультурном аспекте деятельности.

        Коми народные подвижные игры, в комплексе с другими воспитательными средствами, представляют собой основу начального этапа формирования, гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

         Народные подвижные игры можно распределить на группы:

1. Народные игры, отражающие отношение человека к природе («Медведь», «Кукушка», «Охота на волка»). Такие игры воспитывают доброе отношение к окружающему миру.

2. Игры, отражающие быт русского народа, повседневные занятия наших

предков «Охота на оленях», «Стой, олень», «Капуста»). Эти игры интересны тем, что в них нужно проявить смекалку и находчивость.

3. Игры, где есть возможность помериться силой и ловкостью «Мышь и угол», «Перепрыгни через нарты», «На оленьих упряжках»,).

Народные подвижные игры оказывают благотворное влияние не только на развитие физических и нравственных качеств, но и на развитие речи, которая становится красивой, образной и мелодичной, улучшают эмоциональный настрой игроков.Этому способствуют ритмичность, напевность или характерное скандирование считалок, предшествующих игре:

Катился горох по блюду,

Ты води, а я не буду.

Я куплю себе дуду

И по улице пойду,

Громче, дудочка, дуди:

Мы играем, ты води.

Шла кукушка мимо сети,

А за нею малы, дети,

Кукушата просят пить,

Выходи — тебе водить.

Помимо считалок, существуют и жеребьевки, которые также создают эмоциональное на­строение и увлекают самим процессом игры. Они применяются в тех случаях, когда детям необходимо разделиться на команды. На­пример, игроки выбирают путем считалки сначала двух детей, а они, договорившись, кто из них как будет называться, встают в пару и, подняв вверх соединенные руки, образуют воротца. Остальные играющие друг за другом проходят или пробегают в эти во­ротца. Последнего ворота задерживают: иг­роки опускают руки и тихо спрашивают:

«Красное яблочко или золотое блюдечко?»,

«Ниточка или иголочка?»

Играющий встает позади того, кого выбрал. Таким способом все дети делятся на две команды, и начинается игра.

В некоторых народных играх перед их началом применяются забавные певалки. Например, выбирая водящего, все играющие садятся в круг и нараспев говорят:

Кто засмеется,

Губа задерется.

Раз, два, три, четыре, пять,

С этих пор молчать!

Все стараются не проронить ни слова и не засмеяться. Самый выдержанный из детей становится водящим.

Певалки имеют место и в самом содержании народных игр. Например, в игре «Мышь и угол» водящий подходит к кому-либо из стоящих в «уголке» (очерченном на земле круге) и говорит:

Мышка, мышка,

Продай уголок

За шильце,

За мыльце,

За белое полотенце,

За зеркальце!

После этих слов все играющие меняются уголками (перебегают), а водящий старается занять свободный уголок.

Основным условием успешного внедрения народных игр в жизнь дошкольников всегда было и остается глубокое знание и свободное владение обширным игровым репертуаром, а также методикой педагогического руковод­ства. Воспитатель, творчески используя игру как эмоционально-образное средство влияния на детей, пробуждает у них интерес, вообра­жение, добиваясь активного выполнения иг­ровых действий.

В ходе игры педагог привлекает внимание ребят к ее содержанию, следит за точностью движений, которые должны соответствовать правилам, за дозировкой физической на­грузки, делает краткие указания, поддержи­вает и регулирует эмоционально-положи­тельное настроение и взаимоотношения играю­щих, приучает их ловко и стремительно дей­ствовать в создавшейся игровой ситуации, оказывать товарищескую поддержку, доби­ваться достижения общей цели и при этом испытывать радость. Одним словом,

задача педагога заключается в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовольствием играть.

Объясняя новую народную игру, в которой есть зачин (считалка, певалка или жеребьев­ка), взрослому не следует предварительно разучивать с детьми текст, его желательно ввести в ход игры неожиданно. Такой прием доставит детям большое удовольствие и избавит их от скучного трафаретного зна­комства с игровым элементом. Ребята, вслушиваясь в ритмичное сочетание слов, при повторении игры легко запоминают зачин.                                                                                                                                         Объяснение новой игры может проходить по-разному, в зависимости от ее вида и со­держания. Так, несюжетная игра объясняется кратко, лаконично, эмоционально-выразительно. Воспитатель дает представление о ее со­держании, последовательности игровых дейст­вий, расположении игроков и атрибутов, правилах игры. Он может задать Один-два уточняющих вопроса, чтобы убедиться, что ребята поняли его правильно. Основная часть времени предоставляется конкретным игровым действиям детей. В конце игры сле­дует положительно оценить поступки тех ребят, кто проявил определенные качества: смелость, ловкость, выдержку, товарищескую взаимопомощь.

Сюжетную народную игру тоже можно объ­яснять по-разному. Например, воспитатель предварительно рассказывает о жизни того народа, в чью игру им предстоит играть, показывает иллюстрации, предметы быта и искусства, заинтересовывает национальными обычаями, фольклором. Или можно образно, но кратко рассказать о сюжете игры, по­яснить роль водящего, дать прослушать диа­лог, если он имеется и перейти к распределению ролей, которое, помимо применения считалок, проходит иногда путем назначения водящего в соответствии с педа­гогическими задачами (поощрить и активи­зировать застенчивого ребенка или, наоборот, показать на примере активного, как важно быть смелым и ловким; отклонить просьбу самоуверенного ребенка и включиться в игру самому воспитателю с целью показать ответ­ственность роли водящего, от действий кото­рого зависит, например, правильность ориен­тировки в пространстве всех остальных иг­роков).

Педагогу следует помнить, что главная его задача заключается в том, чтобы научить детей играть активно и самостоятельно. Только в этом случае они приучаются сами в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспо­сабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из крити­ческого положения, быстро принимать реше­ние и приводить его в исполнение, прояв­лять инициативу, т.е. дошкольники приобретают важные качества, необходимые им в в будущей жизни

**Условия проведения подвижных игр.**

      Народные подвижные игры можно проводить  на прогулке, включать в непосредственно образовательную деятельность по физической культуре, в развлечениях, физкультминутках. Подвижные игры обеспечивают психологическую разрядку, восстанавливают душевное равновесие, избавляют от трансформации негативных эмоций на собственный организм.

      Благодаря знакомству с народными играми, мы сохраняем свои традиции, передаём их  будущему поколению, тем самым обеспечиваем духовное здоровье наших детей. У детей появляется прекрасная  возможность, играя, приобщиться к здоровому образу жизни, прикоснуться к особенностям жизни, истории, обычаям  русского народа, познать радость общения со сверстниками и взрослыми.

       Для этого в группе, в детском саду созданы все условия: развивающая двигательно-оздоровительная среда (спортивный зал, спортивные площадки, участок для прогулок). В группе спортивный уголок с оборудованием, уголок народно – прикладного искусства,  картотека народных игр.

**Народная игра в жизни детского сада.**

Народные подвижные  игры используются в повседневной деятельности в утренней зарядке, физической культуре,  музыкальных занятиях, ритмике оздоровительных прогулках разной направленности. В народные подвижные игры дети играют круглый год: во время проведения «Дней здоровья», каждый день на прогулках, во время проведения праздников, досугов, посиделок, народных праздников («Масленица», «Колядки» и др.) .

      Человек родился, новый росток проклюнулся. Сколько тепла, света, животворящей влаги надо, чтобы выросла крепкая поросль! Вот поэтому и хочется, чтобы народные подвижные игры запомнились на всю жизнь, оставив в памяти ощущение чего-то приятного и светлого. Необходимо привлекать в народную игру и взрослых: мам и пап, бабушек и дедушек. Тогда не прервётся связь между поколениями и игры, в которые играли бабушки и дедушки перейдут к мамам и папам, а от них – к детям. И тогда ещё не одно десятилетие будут звучать во дворах «Стой, олень» или «У медведя во бору».