

## **«Русские народные подвижные игры как средство здоровья сбережения у воспитанников»**

*Назарян Ани Андраниковна воспитатель детского сада «Журавленок» ГБОУ СОШ им.  
Е. М. Зеленова п.г.т. Новосемейкино*

Цель: формирование познавательных и профессиональных мотивов и интересов педагогов о народных подвижных играх, как средстве сохранения и укрепления психологического и физического здоровья дошкольников.

### **ПЛАН ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ:**

Все участники практической части делятся на две команды: у каждой команды карточки с символами. Ведущие игры, проводит конкурсы. В конце игры подведение итогов, награждение победителей.

**МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ** практической части: конверты с заданиями, 1 мяч, 2 обруча, жетоны двух цветов, шоколадные медальки, набор игрушек (агрессивные и адекватные).

Уважаемые коллеги, сегодня мы с вами погорим о русской народной подвижной игре, как о средстве сохранения и укрепления здоровья детей (физического и психологического) и всестороннего развития личности дошкольника.

Ни минуты покоя! К такому выводу приходим мы, педагоги, наблюдая за деятельностью детей.

Что же больше всего любят малыши? (ответы педагогов) Не колеблясь, можем ответить – играть!

Мы с вами начнем наше взаимодействие с игры - «Здравствуй друг» (участники делятся на пары)

Здравствуй друг – жмут друг другу руки;

Как ты тут – хлопают друг друга по плечу;

Где ты был – берутся за ухо;

Я скучал – показав на себя, переkreщивают руки на груди;

Ты пришел – раскрывают руки в стороны;

Хорошо – обнимаются и поглаживают друг друга по спине.

«Игра – это жизненная лаборатория детства, дающая тот аромат, ту атмосферу молодой жизни, без которой эта пора её была бы бесполезна для человечества.

Игра сопровождает ребенка с рождения, остается с ним в детстве, отрочестве, вплоть до перехода в юность. Игра отражает мир мыслей и чувств детей, ведет их по стезе познания реальности.

Игр очень много, они могут быть самыми разнообразными, но особое место среди них занимают русские народные подвижные игры. Эти игры развивают воспитанников не только физически, но и психологически, и нравственно. Как вы думаете, почему? (ответы педагогов).

При умелом руководстве со стороны взрослого эти игры способны творить чудеса и способствовать всестороннему развитию личности».

Актуальность подвижной игры, в жизни дошкольника:

«Актуальной задачей физического и психологического воспитания, говорится в концепции дошкольного образования – является поиск эффективных средств совершенствования, развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях». Дошкольный возраст – это тот период, когда ребёнок усиленно растёт и развивается, период формирования человеческой личности, когда закладывается основа здоровья.

Неоспорим тот факт, что хорошее здоровье, приобретённое в ранний и дошкольный период детства, служит фундаментом для общего развития и сохраняет своё значение в последующие годы жизни.

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к ярко выраженным функциональным нарушениям в их организме. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечёт за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития (координации движений, выносливости, гибкости, силы). Подвижная игра имеет большое значение в укреплении здоровья дошкольника. В подвижные игры включаются основные движения: ходьба, бег, метание, лазанье, прыжки, равновесие. Движения, входящие в игру, развивают и укрепляют организм, улучшают обмен веществ, функциональную деятельность всех органов и систем.

Значение подвижной игры

В играх закрепляются навыки движений, которые становятся более точными, координированными, дети выполняют движения в различных изменяющихся условиях, ориентируются в обстановке.

Весёлое настроение является важным элементом игры и оказывает положительное влияние на состояние нервной системы ребёнка, радостное настроение сопровождается физиологическими изменениями в организме: повышается деятельность сердца и дыхательного аппарата. Сила и искренность радостных эмоциональных переживаний детей во время игры делают её эффективным средством воспитания дружеских взаимоотношений, умение действовать в коллективе сверстников, толерантности - играть дружно, не ссориться, подчинять свои желания общим для всех правилам игры.

При систематическом проведении подвижных игр у детей воспитываются важнейшие волевые качества: выдержка, элементарная дисциплинированность – культура поведения.

В игре развивается внимание, память, наблюдательность, речь, обогащается словарь дошкольника.

Итак, подвижная игра это важнейшее средство в укреплении здоровья дошкольника, она способствует физическому, умственному, нравственному и эстетическому развитию ребенка.

Практическая часть

1 (разминка) Я предлагаю провести блиц-опрос по теме «Русские народные игры»

Я задаю вам вопросы, вы отвечаете на них в быстром темпе по очереди.

- Какие атрибуты используются в русских народных играх? (палочка, платочек, мяч, игрушка)

- Главная роль в народной игре? (водящий)

- Что определяет весь ход игры, регулирует действия и поведение детей? (правила игры)

- Для чего нужна считалка в игре? (чтобы выбрать водящего)

- Где используются русские народные игры? (в организации праздников, утренников, развлечений, прогулок)

- Какие физические качества воспитываются в русских народных играх? (смелость, ловкость, выносливость)

- Откуда берётся речевой материал для народных игр? (из народного фольклора)

- Что является сигналом к действию в народной игре? (слово)

Делим педагогов на две команды для участия в конкурсах, педагог произносит считалку:

1 Жили-были сто ребят.

Все ходили в детский сад,

Все садились за обед,

Все съедали сто котлет,

А потом ложились спать —

Начинай считать опять.

2. Катилась горошина по кругу

Ты води, а я не буду.

3. Я куплю себе дуду и на улицу пойду,

Громче дудочка дуди, мы играем , ты води.

№2 «Раздели игрушки». Педагогам предлагается разделить игрушки из корзины на адекватные и агрессивные, объяснить их выбор. (представляется 2 корзины игрушек для двух команд).

**Вывод:**

Агрессивные игрушки могут служить одномоментным явлением в игре для снятия эмоционального напряжения у воспитанников, агрессивности. В повседневных играх применение таких игрушек как: монстров, злых выражений лиц у кукол, кабанов и т. д., могут привести к серьёзным нарушениям в психическом развитии ребенка. А именно, усилится эффект депривации, сформируется стойкое негативное отношение к окружающей действительности через игру, ухудшение взаимоотношений в детской группе путем наложения негативной игры на действительность.

Адекватные игрушки с правильным использованием и соответствующим возрастным особенностям и индивидуальным потребностям ребенка способствуют естественному развитию личности ребенка, формированию важных качеств и сохранению психологического здоровья воспитанников.