**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение«Детский сад № 17 «Гнездышко» г.Воркуты«Челядьöс видзанiн 17 №-а «Гнездышко» школаöдз велöдан муниципальнöй сьöмкуд учреждение Воркута к.**



Воспитатель:

Дрямина Елена Витальевна

Мастер – класс «Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни через русские народные игры»

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

Задачи:

1. Познакомить педагогов с некоторыми русскими народными играми
2. Закрепить знания участников мастера – класса об организации и проведении подвижных игр.
3. Повысить профессиональную компетентность участников мастер – класса

Материалы: лепестки цветка с надписью образовательных областей «Здоровье», «Физическая культура», «Познание», «Социализация», «Коммуникация», «Безопасность», «Чтение художественной литературы», «Художественное творчество», «Труд», «Музыка», мячик средних размеров, атрибуты к подвижным играм, шпаргалки для участников со словами игры, 3 корзиночки, шишки, маленькие мячики.

*Участники мастер – класса приглашаются занять свои места.*

Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня мастер- класс будет посвящен русским народным играм и их значению в приобщении к здоровому образу жизни дошкольников.

Сегодня, как показывает статистика, наблюдается ухудшение здоровья дошкольника. Среди множества причин называют снижение двигательной активности. Проведенные исследования установили, что современные дети много времени уделяют компьютерным играм. А как мы знаем долгое проведение за монитором компьютера ухудшает осанку, зрение, нервную систему детей. Недостаток движения у дошкольников приводит к потери здоровья, развития.

Здоровье всегда считалось одной из высших ценностей человека, основой активной творческой жизни. Крепкое здоровье необходимо педагогу, потому что от него в огромной степени зависит здоровье подрастающего поколения.

Уважаемые коллеги! Я предлагаю вам встать в круг, передавая мячик, друг другу, поделитесь секретами сохранения и укрепления своего здоровья *(Участники мастер – класса выполняют задание)*

А теперь расскажите, как вы заботитесь о здоровье своих воспитанников? *(Участники мастер – класса выполняют задание)*

Подвижные игры просто необходимы детям дошкольного возраста - они развивают координацию, благотворно влияя на вестибулярный аппарат, стимулируют кровообращение, укрепляя сердечно-сосудистую систему, способствуют улучшению питания тканей, формированию скелета, правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям, насыщению клеток организма кислородом, повышая активность головного мозга, активные движения повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, вызывая мобилизацию защитных сил организмов, учат малыша концентрации и вниманию..

Уважаемые коллеги! Я хочу представить гипотезу – Русская народная игра как одно из средств приобщения к здоровому образу жизни детей дошкольного возраста

Помните, как говорили древние? «Движение - это жизнь». Великие философы Греции обращали внимание на пользу игр и физических упражнений. Аристотель смотрел на государство, в котором не уделялось достаточное внимание физическим упражнениям, как на плохо организованное. Лучшие люди Древней Греции всегда готовы были первыми дать пример детям в играх, признавая в них смысл для будущего развития.

В жизни русского народа игры и игрища с глубокой древности занимали ведущее место, посвящены они языческим праздникам. Действиями игры люди пытались обеспечить себе будущий успех в предстоящих делах. Древняя игра есть магический ритуал, в котором желаемое изображается за действительное, настоящее проецируется на будущее.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, волю и стремление к победе.

Уважаемые педагоги! Я предлагаю составить картотеку русских народных подвижных игр, мне понадобится ваша помощь. Необходимо распределить русские подвижные игры на группы:

1.Русские народные игры отражающие отношение человека к природе. Такие игры воспитывают доброе отношение к окружающему миру.

2.Игры отражающие быт русского народа, повседневные занятия наших предков. Эти игры интересны тем, что в них нужно проявить смекалку и находчивость.

3. Игры, где есть возможность помериться силой и ловкостью

Уважаемые педагоги! Я собираюсь составить картотеку русских народных подвижных игр, мне понадобится ваша помощь. Необходимо распределить игры на группы

*(Участники получают карточки с названием и описанием русских народных подвижных игр и распределяют по выделенным группам)*

А пока участники выполняют задание, уважаемые зрители, хочу раскрыть значение слова, которое мы произносим в играх «Чур меня!».

У наших [предков](http://pagan.ru/slowar/p/predki8.php)- язычников он был божеством не самого высокого ранга, однако [имя](http://pagan.ru/slowar/i/imya5.php) его до сих пор повсюду знают и чествуют. Он почитался покровителем и сберегателем [границ](http://pagan.ru/slowar/g/granica8.php) поземельных владений. На межах своих участков земледельцы насыпали бугры, огораживая их частоколом, и такого бугра никто не смел разрыть из опасения разгневать божество. Порубежная полоса считалась неприкосновенной, никто не мог переступить ее своевольно. Также Чур охранял человека и все его добро от [нечистой силы](http://pagan.ru/slowar/n/nechistayasila0.php): как житель проезжих - прохожих [дорог](http://pagan.ru/slowar/d/doroga8.php), он имел более всех власти над чертями. Поэтому при опасности до сих пор советуют вспомнить этого бога и зачураться, сказав: "Чур меня!", то есть попросить:

"Чур, побереги меня!" Даже тайны мыслей человека он охраняет. Если кто-то скажет тебе что-то неприятное, зачурай его: "Чур, тебе на язык!" — и злое пожелание не сбудется. Ну, а найдешь что-то ценное и не захочешь ни с кем делиться, тут же взмолись: "Чур, мое!" — и добрый древний божок побережет твою находку только для тебя одного.

( Участники – мастер- класса объясняют выполнение своего задания)

Уважаемые коллеги! Я предлагаю вам собрать цветок, который покажет, с какими образовательными областями интегрируется подвижные игры и как это можно проследить.

*(Участники мастер- класса берут лепестки, на которых написаны образовательные области «Здоровье», «Физическая культура», «Познание», «Социализация», «Коммуникация», «Безопасность», «Чтение художественной литературы», «Художественное творчество», «Труд» составляют цветок и раскрывают интеграцию областей)*

Несомненна роль народной игры в умственном воспитании детей. С ее помощью они познают окружающий мир, овладевают пространственной терминология, учатся осознанно действовать в изменившейся игровой ситуации, соблюдать правила игры развивается внимание, мышление воображение, память.

Подвижные игры способствуют развитию речи ребенка, с их помощью обогащается словарный запас, так как игры часто сопровождаются песнями, стихотворениями считалками. В играх совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту движений их образность, у них развивается чувство ритма. Они несут в себе разную социальную направленность. Характерным для подвижных игр является обязательное наличие нравственного содержания. Участие в подвижных играх всегда связано с радостью, весельем, большим эмоциональным подъемом, ощущением свободы. Приобщаются к национальной культуре. Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Они приучаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные правила.

В своей работе при проведении подвижных игр учитываю возрастные особенности детей, физическую подготовленность, количество детей и условия проведения.

Каждая игра начинается с выбора водящего. Чаще всего это происходит с помощью считалки. Считалка – это древнее заклинание, позволяющее распределять трудную и опасную работу между людьми. Позже когда человеческая жизнь изменилась, считалка перешла в детскую игру. Она помогает выбрать ведущего, распределить роли весело, без обмана и обид.

Например:

Таря-Маря в лес ходила

шишки ела

нам велела

а мы шишек не едим

Таре - Маре отдадим!

В старшем дошкольном возрасте я использовала жеребьевки – угады. Например: один из играющих прячет за спиной в руке маленький предмет и говорит: кто угадает, тому водить

Для младшего возраста выбираю наиболее простые игры, которые привлекали своей напевностью, эмоциональностью. Это игры с песенным и стихотворным сопровождением, хороводы. « Зайка беленький сидит», « По ровненькой дорожке», « У медведя во бору».

С детьми старшего дошкольного возраста в процессе ознакомления с русской народной подвижной игрой, развивала интерес к истории родной страны, народной культуре, фольклору (знакомила с пословицами, поговорками, приметами), а также с календарными народными играми. Это игры посвященные циклам земледельческого календаря. В них заключена информация, дающая представление о повседневной жизни наших предков - их быте, труде, мировоззрении.

На Новый год, Колядки, Святки проводила следующие игры-«Бабка Ежка», «Жмурки»;: «Дедушка - рожок», «Слепой козел», «Звонарь»

Масленица:- «Горелки», «Гори, гори ясно», «Лапти», «Пятнашки с мячом», «Колечко», «Салки», Пасха – «Солнышко », «Береза», «Бой яйцами», «Катание яиц с горки», «Цепи кованные», «Вышибала»

Уважаемые участники собираю вас на игру! Ведущий рассказывает ход игры участникам:

1. «Звонарь»

Выбирались двое ребят: один с колокольчиком - звонарь,

Другой- жмурка. Все играющие вставали в круг, а звонарь и жмурка выходили на середину круга. Жмурке завязывали глаза. Звонарь приговаривая: «Диги- дон, диги-дон,отгадай откуда звон!»- увертывался от жмурки, который по звуку колокольчика пытался его поймать и обхватить пояском.

1. «Заря - заряница»

Один из детей держит шест с прикрепленными на колесе лентами. Все играющие берут по ленте. Один из участников - водящий, он стоит вне круга. Дети идут по кругу и запевают песню: Заря- заряница,

Красная девица,

По полю ходила,

Ключи обронила.

Ключи золотые,

Ленты голубые.

Раз, два- не воронь,

А беги, как огонь!

С последними словами игрового припева водящий дотрагивается до кого-нибудь из игроков, они вдвоем бегут в разные стороны и обегают круг. Кто первым схватит оставленную ленту, тот победит, а неудачник становиться водящим.

1. «Дударь»

Выбирается Дударь, становится в круг. Вокруг него идёт хоровод и поёт песню:

Дударь, Дударь, Дударище

старый, старый старичище.

Его под колоду, его под сырую,

его под гнилую.

– Дударь, Дударь, что болит?

Дударь показывает и называет, что у него болит (рука, голова, спина, коленка и т.д.), все кладут руки друг другу на это место и снова начинают ходить по кругу с песней.

Дударь, Дударь, Дударище

старый, старый старичище. и т.д.

Когда надоест играть, Дударь говорит: «Выздоровел!»

Я провожу русские народные подвижные игры на прогулке, включаю в непосредственно образовательную деятельность по физической культуре, в физкультурное развлечение, динамический час, физминутку. Подвижные игры обеспечивают психологическую разрядку, восстанавливают душевное равновесие, избавляют от трансформации негативных эмоций на собственный организм.

Благодаря знакомству с русскими народными играми в детском саду, мы сохраняем свои традиции, передаем будущему поколению, тем самым обеспечиваем духовное здоровье наших детей.

Я хочу поблагодарить, участников мастер- класса и спросить смогла ли я сегодня доказать свою гипотезу «Русская народная игра как одно из средств приобщения к здоровому образу жизни детей дошкольного возраста». Если смогла доказать положите в корзинку мячик, если нет шишку.

## 