

Роль народных подвижных игр в физическом развитии детей дошкольного возраста.

«Игры – путь детей к познанию мира, в котором они живут и который призваны изменить».

М. Горький

Находится в движении, особенно для детей дошкольного возраста, является насущной потребностью, обусловленной возрастными анатомическими особенностями, связанными с окостенением позвоночника. Это стремление детей к движению лучше использовать в подвижных играх, регулируя нагрузку на организм.

Исследования ученых показали, что двигательную активность, влияющую на здоровье и жизнедеятельность человека, необходимо прививать в раннем детском возрасте, формируя одновременно физическую и умственную активность, укрепляя здоровье. Именно развитость движений может служить показателем нервно – психического развития детей дошкольного возраста.

По своей природе игра многофункциональна, оказывает разностороннее влияние на детей и способствует развитию гармоничной личности.

Во время игры дети всегда непосредственны, эмоциональны. Поэтому при умелом проведении подвижных игр, наряду с физическим развитием, проявляется их большое воспитательное значение.

У детей развиваются сообразительность, внимательность, дисциплинированность, чувство здорового соперничества, вырабатывается инициатива и самостоятельность, а в командных играх – чувство товарищества, ответственности, желание сделать всё для общей победы команды.



Игры разных народов позволяют определить действительное значение национальных традиций каждого народа в развитии игровой деятельности, выявить самобытность и многообразие национальных форм игр, а вместе с тем общность их основного содержания и идейной направленности.

Национальная форма подвижных игр выражается в том, что по своему происхождению и развитию она является характерной для конкретной нации, определена общественно – историческим её развитием, своеобразием быта, культуры, традиций.

Каждый народ вносит в игру новые элементы, выражающие самобытность культуры и характер данного народа. Например: армянская народная игра «Пастух», очень похожа на русскую народную игру «Волк во рву». А грузинская народная игра «Снятие шапки», на белорусскую народную игру «Посадка картофеля».

Большая часть народных подвижных игр направлена на общее физическое развитие детей. Основным содержанием игр являются основные виды движений: бег, ходьба, прыжки, лазанье, метание. Кроме этого особое внимание уделялось уровню развития силы, ловкости, гибкости, быстроты реакции.



Во время традиционных народных обрядов (свадьба, праздник урожая, проводы на военную службу и др.) всегда устраивались игры и состязания, связанные с проявлением ловкости, сообразительности, поднятия духа и других качеств, необходимых в жизни.

Народные игры актуальны и в настоящее время, несмотря на то, что существует достаточно большое количество соблазнов в наш компьютеризированный век. Дети с удовольствием принимают в них участие. Педагогическая ценность этих игр ещё и в том, что в них много шуток, доброжелательного юмора. Умная, увлекательная игра может оказать большее воспитательное влияние, чем длительные и монотонные словесные замечания. Народные игры не требуют специального игрового оборудования. Их можно проводить в любое время года, в различных ситуациях повседневного общения с ребенком, во время досугов и развлечений.

Во многих играх важная роль отводится водящему, который своим поведением оказывает влияние на играющих. Поэтому желательно, чтобы в роли водящего побывало как можно больше детей. Выбор первого водящего может сразу создать ту или иную атмосферу начала игры и влиять на весь её

ход. Для выбора водящего могут служить переходящие из поколения в поколение считалки, когда на каждого играющего приходится по одному слову: на кого выпало последнее слово – тому и водить. Также можно использовать существующие наравне со считалкой жеребьевки, особенно при разделении детей на команды, когда каждому ребенку задается вопрос: например - красное яблочко или золотое блюдечко? Ниточка или иголочка? Вершки или корешки?

Но еще до начала подвижной игры и проведения считалок необходимо определить цель каждой игры, её длительность и величину физической нагрузки, выпадающей на ребенка в процессе игры. Народные игры должны быть общедоступными и увлекательными как по своему содержанию, так и по форме, но никак не утомительными для ребенка.

Народные подвижные игры являются не только средством физического и духовного формирования человека, но в первую очередь патриотического и интернационального воспитания подрастающего поколения.



Казачья народная игра «Казачки и казаки».

Задачи: знакомить с народными играми казаков, с их традициями, укладом жизни, направленными на воспитание терпения, ловкости, патриотического духа казаков.

Цель: развивать физические качества, внимание, выдержку, быстроту реакции.

Ход игры: мальчики – казаки.

Девочки – казачки.

Казаки строятся шеренгой и уходят.

Казачки не спеша идут за ними, при этом пританцовывают, воображают, кривляются со словами:

Казаки ушли в поход

А казачки у ворот

Завертелись, закужились

«Гопака» плясать пустились.

Казаки резко поворачиваются:

Что за шум тут? Что за гам?

Ну – ка быстро по домам!

После этих слов «казачки» разбегаются, «казаки» - догоняют.

Правила игры: девочки не убегают, а мальчики не догоняют, пока не произнесены последние слова.

Кубанская частушка: Топ, топ
гопачек

Вышел в круг казачек.

Вин ногой туды – сюды

Тай отправился к соби.



Белорусская народная игра «Михасик».

Задачи: знакомить детей с играми славянских народов, в которых отражены сельскохозяйственные сюжеты, культовые и бытовые обряды.

Цели: развитие ловкости, внимания, координации.

Ход игры: для проведения игры по кругу ставятся столько пар лаптей, сколько участников. Ведущий произносит слова:

- Ты Михасик, не зевай, лапоточки обувай, обувай! (Убирает одну пару лаптей).

После этих слов все участники подскоками, легким бегом, или шагом белорусской польки (игру можно проводить под музыку) движутся по кругу. С окончанием музыки (или по сигналу) все останавливаются и каждый старается быстрее обусть лапти. Ребенок, оставшийся без лаптей, выбывает из игры.

Игра продолжается до тех пор, пока останется один игрок. Он и считается победителем.

Правила игры:

- игроки обувают лапти только по сигналу (или по окончании музыки);
- двигаться по кругу, составленному из лаптей, надо с его наружной стороны.

Считалка: Я куплю себе дуду
И по улице пойду.

Громче, дудочка, дуди:

Мы играем, ты – води.



Армянская народная игра «Пастух».

Задачи: знакомить детей с играми народов Кавказа. Через игру передавать национальные традиции.

Цель игры: воспитание смелости, коллективизма;

Развитие внимания, ловкости, быстроты реакции.

Ход игры: На игровой площадке чертится линия – ручеек, по одну сторону от которого собираются выбранные пастух и овцы, по другую сидит волк. Овцы стоят позади пастуха, обхватив друг друга за пояс.

Волк обращается к пастуху со словами: «Я волк горный, унесу!» Пастух отвечает: «А я пастух смелый, не отдам». После этих слов пастуха волк перепрыгивает через ручеек и старается дотянуться до овец. Пастух, расставив руки в стороны, защищает овец от волка, не давая ему возможности дотронуться до них. В случае удачи волк уводит добычу с собой.

Игра начинается сначала, но меняются роли.

Правила игры: волк переходит линию только после слов пастуха «не отдам»;

Овца, до которой дотронулся волк, должна без сопротивления идти за волком.

Армянская считалочка: Ала баланица (Алла – баловница)

Дус каданица! (Дуську боится).

Эй, гедеванчо! (Эй, где ты Ванька)

Раз капитанчо! (Разбуди Таньку)

Паланчо!



Играйте на здоровье!!!

Источник:

1. <https://ped-kopilka.ru/>; тема: «Здоровье детей в наших руках».
2. <https://nsportal.ru/detsskii-sad/vospitate>; тема: «Какую роль играют народные игры в физическом развитии детей дошкольного возраста»

Подготовил инструктор по физической культуре: Платова А.Г.