

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 1 «Солнышко» общеразвивающего вида
г. Гусиноозёрск**

Консультация для педагогов

**Тема: «Использование в образовательном процессе народных игр по
физическому воспитанию детей дошкольного возраста»**

Выполнила: Бессонова Л.А.

г. Гусиноозёрск 2023 г

Актуальность проблемы определяется растущим интересом к здоровью населения, который определяется, прежде всего, хорошим физическим состоянием человека. Все основы гармоничного развития человека закладываются в дошкольном детстве, особая роль этого периода отводится развитию двигательной активности. Для перемещения в пространстве ребенок использует ходьбу, прыжки, бег, катание на лыжах (роликовые коньки, езда на велосипеде и др.). Для игр с выбиванием и поражением цели - метание. Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно в нем адаптироваться.

В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышали его работоспособность, делали его стойким и выносливым, обладая высокими защитными способностями, к неблагоприятным факторам окружающей среды. В процессе поиска новых средств, факторов и методов организации обучения предпочтение отдается тем, которые являются целостными, многофункциональными, способствуют самореализации, самовыражению личности, интересны детям и органично вписываются в современную образовательную среду.

Проблема развития физических качеств дошкольников в процессе проведения народных подвижных игр исследована в работах В.Н. Занефского, З.И. Кузнецовой, М.Х. Спаевой, Э.Я. Степаненковой, В.А. Страковского, Е.А. Тимофеева. Накоплен достаточный опыт по содержанию и организации занятий дошкольников физической культурой, развитию основных физических качеств детей. Однако, несмотря на большое количество исследований по данному вопросу, в практике физического воспитания детей недостаточно используются русские народные игры с целью развития физических качеств.

Игры влияют на развитие личности в разные периоды детства. Как социальное явление они привлекают внимание ученых из разных областей - образования, психологии, философии, истории искусств, медицины и так далее. Несмотря на разные концепции игровой деятельности, мнения исследователей сходятся в том, что это связано с духовным подъемом и воодушевлением детей, поскольку игра является самым удивительным культурным явлением.

Особенность народной подвижной игры заключается в том, что она широкодоступна детям самого разного возраста, и выражается в самостоятельности и относительной свободе действий, сочетающихся с выполнением добровольно принятых или установленных условностей при подчинении личных интересов общим, связана с ярким проявлением эмоций.

В современной теории и практике дошкольного образования значительное внимание уделяется оптимальному сочетанию различных форм, методов и средств обучения и воспитания, что позволяет наиболее эффективно решать задачи существующих программ. И в этом ключе одним из важных средств физического воспитания дошкольников являются народные подвижные игры, в которых они всесторонне воспитывают физические и

эмоционально-волевые качества дошкольников, а также совершенствуют имеющиеся двигательные навыки и умения.

В современных условиях значительно возрастает роль правильно организованного физического воспитания в формировании всесторонне развитой личности дошкольника. Главными задачами физического воспитания детей дошкольного возраста в дошкольном учреждении являются:

1. укрепление физического и психического здоровья;
2. обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
3. повышение физической и умственной работоспособности;
4. развитие двигательных способностей и воспитание физических и нравственно-волевых качеств;
5. воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

Анализ показателей здоровья, физического и двигательного развития дошкольников указывает на тревожные тенденции, которые сегодня продолжают ухудшаться. По данным Е.Н. Вавиловой, Н.А. Ноткиной, М.А. дети дошкольного возраста имеют низкий уровень двигательного развития.

Причины - современный образ жизни. Современный ребенок большую часть свободного времени проводит у экрана телевизора и современных гаджетов. Психологи, педагоги и врачи отмечают общую тенденцию в дошкольных учреждениях - снижение физической активности детей (Ю.Ф. Змановский, М.А. Рунова, С.Б. Шарманова, А.И. Федоров), а для ребенка дошкольного возраста - потеря движения - это потеря здоровья, развития, знаний.

Для решения этой проблемы первостепенное значение имеет выявление новых источников восстановления и обогащения двигательного развития ребенка. В этом аспекте использование народных подвижных игр в физическом воспитании должно быть очень эффективным, поэтому очень важно изучить возможности обогащения двигательной активности дошкольников.

Анализ исследований и публикаций показал, что воспитание детей средствами народной игры положительно оценивали Е.Н. Водовозова, П.Ф. Каптерев, П.Ф. Лесгафт, Е.А. Покровский, К.Д. Ушинский и другие ученые-педагоги. Весомый вклад в развитие теории и практики использования народных подвижных игр принадлежит Э.Я. Степаненкова, Ф.М. Литвинова, Д.Б. Эльконин, П.Ф. Лесгафт, В.В. Гориневский, Е.А. Покровский и другие.

Проблема использования подвижных народных игр как средства двигательного и умственного развития детей находит свое отражение в современных исследованиях. Н.Н. Беспаловой, Т.П. Козлова, В.М. Григорьева, В.И. Прокопенко.

Задачи и содержание игровой деятельности дошкольников определено Государственным образовательным стандартом дошкольного образования и действующей Типовой образовательной программой дошкольного образования «Растим личность».

По мнению П.Ф. Лесгафта, подвижные игры самое ценное средство всестороннего воспитания личности ребенка. П.Ф. Лесгафт считал, что систематическое проведение народных подвижных игр способствует развитию

у детей умения управлять своими действиями, дисциплинируют детское тело, то есть приучает действовать с разным напряжением. Игры учат ребенка действовать с большой ловкостью, целесообразностью и скоростью; выполнять правила, владеть собой, ценить общество.

Народные подвижные игры имеют оздоровительное, воспитательное и образовательное значение и доступны для всех категорий детей. Доказано, что они улучшают физическое развитие детей, благотворно воздействуют на нервную систему и укрепляют здоровье. Кроме всего, это очень эмоциональное спортивное занятие, которое может создавать очень большую физическую нагрузку на человека, что необходимо обязательно учитывать при организации занятий и игр. Почти в каждой игре присутствует бег, прыжки, метания, упражнения на равновесие и т. д. В играх воспитываются основные физические качества, такие как сила, быстрота, выносливость, и совершенствуются разнообразнейшие двигательные умения и навыки.

Народные подвижные игры имеют определенные функции:

1. Социальная функция. Подвижная игра не возможна вне общения. В ней формируются деятельность программы, она нуждается в труде, ибо в ней осуществляется ее первичная имитация. Она лежит в основе интегральных процессов в обществе и, вместе с тем является способом самореализации индивида в общении и сравнении с другими;
2. Оздоровительная функция. Подвижные игры основаны на естественных движениях, которые активизируют функциональное развитие органов и систем, стимулируют улучшение функций различных анализаторов, нервных процессов, помогают поддерживать баланс между стимулирующими и тормозящими процессами;
3. Воспитательная функция. В подвижных играх существует взаимосвязь между физическим воспитанием и моралью, разумом, эстетикой и духовностью. [3, с.87]

Кроме этого, эмоциональная приподнятость в игре позволяет:

1. Формировать жизненно важные навыки и умения, широко используемые в бытовых условиях и деятельности;
2. Достижение высокого уровня физической активности, способствующей усвоению и совершенствованию различных двигательных навыков и способностей;
3. Обогащают двигательный опыт и умение управлять телом в сложных условиях, что положительно сказывается на усвоении техники и тактики спортивных игр; развивать моторику (сила, скорость, выносливость, ловкость, гибкость);
4. Сформировать систему знаний, усвоение которой способствует повышению общей образовательной культуры и позволяет создать осознанную базу для овладения различными видами двигательной активности, что позволяет овладеть специальными знаниями по физической культуре, биологии и гигиене. [5, с.26]

Таким образом, народные игры - это осознанное и эмоциональное занятие для детей, направленное на достижение умственной игровой цели.

Чтобы реализовать все возможности игры, ее необходимо включить в комплекс мероприятий по оздоровлению – воспитательно – образовательную

деятельность, основу которой составляет двигательная активность. Поскольку игра является одной из основных форм физкультурно-оздоровительной работы, желательно использовать ее в течение дня для тренировки основных двигательных навыков, умений, физических способностей, чтобы каждый ребенок мог продемонстрировать свою моторику, навыки на глазах у сверстников и учиться у них. Работа по физической культуре и здоровью в ежедневном режиме включает: утреннюю зарядку, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, занятия по физической культуре, гимнастика пробуждения после дневного сна, закаливающие мероприятия.

Разнообразные детские движения и действия во время игры под умелым руководством эффективно влияют на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, способствуют укреплению нервной системы, двигательной системы, улучшают общий обмен веществ, повышают активность всех органов и систем человека, возбуждает аппетит и способствует крепкому сну. Во время игр дошкольники развивают и совершенствуют разнообразные навыки базовых движений (бег, прыжки, метание, лазание и т. д.). Быстрая смена обстановки в процессе игры приучает ребенка использовать известные ему движения в соответствии с той или иной ситуацией. Все это положительно сказывается на совершенствовании двигательных навыков. Игра - это первое занятие, которое играет большую роль в становлении личности. В играх дети отражают накопленный опыт, углубляют, закрепляют понимание изображаемых событий, жизни. Ребенок, как и взрослый, познает мир во время активности. Игры обогащают участников новыми ощущениями, идеями и концепциями.

Игры расширяют круг идей, развивают наблюдательность, интеллект, способность анализировать, сравнивать и обобщать увиденное, на основании чего можно делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В подвижных играх развивается способность правильно оценивать пространственные и временные отношения, чтобы быстро и правильно реагировать на текущую ситуацию в часто меняющейся игровой среде. Ценность подвижных игр заключается также в том, что они способствуют развитию у детей таких важных физических качеств, как скорость, ловкость, выносливость и т. п. (табл.)

Группировка народных подвижных игр для развития физических качеств

Физические качества	Народные игры
Для развития у дошкольников ловкости используют игры, где дети выполняют более сложные по координации движения.	«Чурилки», «Гори, гори ясно», «Аист и лягушки», «Городки», «Охотники», «Два Мороза», «Заяц», «Накинь кольцо», «Прыжки в мешках»
Для развития скорости проводят игры, требующие немедленных двигательных ответов в быстро изменяющихся обстоятельствах, осложненных дополнительными задачами, а также	«Цепи», «Совушка», «Хитрая лиса», «Ворота», «Чур на дереве», «Пеньки», «Горячее место», «Терем», «Дедушка рожок», «Водяной» и т.д.

игры с преодолением определенного расстояния за кратчайшее время.

Развивать силу отдельных мышц рук, ног и туловища можно в играх, которые требуют кратковременного силового напряжения.

«Лови – толкай», «Колобок», «Мяч кверху», «Золотые ворота», «Сковорода», «Мяч о стену», «Вышибалы».

Выносливость развивается в играх с интенсивной двигательной деятельностью

«Перетяжки», «Репка», «Мышкин дом», «Удочка», «Капканы», «Лови толкай», «Колобок», «Перетяжки».

Педагогический эффект народной подвижной игры во многом зависит от соответствия ее определенной воспитательной задаче. В зависимости от того, какие физические качества воспитатель стремится развивать у детей в данный момент, он выбирает игры, помогающие развитию именно эти качества.

Цель этих игр достигается путем использования разнообразных движений: ходьбы, прыжков, бега, бросания или перенос предметов.

Подвижные игры эффективно влияют на умственное развитие ребенка, помогают уточнить представления об окружающем мире, различные явления природы, расширяют кругозор. Выполняя разнообразные роли, имитируя действия птиц, животных, насекомых, дети на практике применяют полученные знания о жизни, поведении, способах передвижения этих животных.

Во время игровой деятельности у дошкольников создаются положительные условия для развития внимания, восприятия, уточнения определенных понятий, творческой фантазии, памяти. В процессе игры дети обдумывают, что и как лучше сделать, разговаривают между собой, подсчитывают количество попаданий в цель, пойманных игроков. Все это способствует развитию языка, скорости мышления, творчества и сообразительности.

Игра также имеет большое значение для создания дружного коллектива, воспитания самостоятельности, позитивного отношения к работе, исправления отклонений в поведении отдельных детей, которые являются результатом воздействия игры на умственное развитие ребенка и его становление как личности.

Для каждой народной подвижной игры желательно подбирать интересную и доступную информацию для ознакомления дошкольников с историей ее возникновения и использования в определенный период обрядового календаря. Рассказывая детям легенды, поверья и интересные истории о происхождении игры, расширяя кругозор ребенка, воспитатель помогает пробудить его ситуативный интерес к народным играм.

Во время игры педагогу желательно использовать меткие загадки, отрывки из народных сказок. Значительное влияние на формирование мировоззрения детей при участии в подвижных играх должно оказывать использование воспитателем народных песен, различных считалок для выбора

водящего, народных пословиц и поговорок для обобщения результата игры, а также ознакомление со специфической народной атрибутикой [3, с.56].

Положительное влияние подвижных игр на детский организм достигается только при правильном педагогическом руководстве. Максимальная отдача от народных подвижных игр как средства гармоничного развития личности на уровне дошкольного образования зависит от оптимально созданных педагогических условий их организации:

1. Учет индивидуальных особенностей детей;
2. Подбор игр в зависимости от возраста детей;
3. Организация условий для проведения игры;
4. Атрибуты для игр;
5. Организация игры;
6. Правила игры;
7. Распределение ролей;
8. Окончание игры;
9. Дозировка движений в игре;
10. Календарно – тематическое планирование народных подвижных игр.

Проанализировав роль подвижных народных игр у старших дошкольников, можно сделать вывод, что педагогический эффект подвижных игр во многом зависит от их соответствия конкретной учебной задаче. В зависимости от того, какие навыки и способности воспитатель хочет развить у детей в данный момент, он выбирает игры, которые помогают в развитии этих конкретных навыков.

Народные подвижные игры способствуют активному мышлению, помогают расширить кругозор, прояснить представления об окружающем мире, улучшают все умственные и физические процессы, стимулируют переход детского организма на более высокую ступень развития.

Главным условием успешного внедрения народных подвижных игр в жизнь дошкольников всегда было и остается глубокое знание и свободное владение обширным игровым репертуаром, а также методикой педагогического руководства. Педагог, творчески используя игру как эмоционально-образное средство воздействия на детей, пробуждает интерес, воображение, стремится к активному выполнению игровых действий.

Итак, народные игры в сочетании с другими образовательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонично развитой личности, сочетающей духовное богатство, нравственную чистоту и физическое совершенство.

Использованная литература

1. Государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://dongoruo-dnr.ru/> – (дата обращения: 24.02. 2021)
2. Мостовая, Т.Н. Физическая культура. Подвижные игры в системе физического воспитания в ВУЗе. учеб. – метод. пособие. / Т.Н. Мостовая. МОО «Академия безопасности и выживания», 2016. – 270с.
3. Мурзина, И. Я., Кучевасова, С. Н. Подвижные игры народов Урала : учеб.-метод. пособие для педагогов./ И. Я. Мурзина, С. Н. Кучевасова. Екатеринбург, 2017. - 112 с.
4. Покровский, Е.А. Русские детские подвижные игры / Покровский, Спб.: Речь, 2011. - 184 с.
5. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей / М. А. Рунова— М.: Мозаика - Синтез, 2004. — 256 с.
6. Степаненкова, Э.Я Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. — 2-е изд., испр. — М.: Издательский центр «Академия», 2006. — 368 с.
7. Теплова, А.Б. Педагогический потенциал материнского фольклора и традиционной игрушки для становления картины мира современного ребенка [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Теплова Анна Борисовна. – М., 2013. – 23 с.
8. Шишкина, В. А. Двигательное развитие дошкольника: пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / В. А. Шишкина. – Минск: Нац. ин-т образования, 2011. – 136 с.