Кружок «Хейро».  
  
Опыт проживания народов Севера в суровых климатических условиях способствовал выработке уникальных и эффективных средств физического воспитания подрастающего поколения – игр, состязаний, самобытных физических упражнений.  
  
Народы Севера на основе жизненной практики выявили большую воспитательную, оздоровительную, образовательную силу игр, состязаний, самобытных физических упражнений, как комплекса средств психологического, педагогического и физического воздействия.  
  
Практика применения этих средств показала, что они наиболее эффективно нейтрализуют влияние экстремальных условий среды на жизнедеятельность детей и взрослых. Игры, состязания, самобытные физические упражнения характеризуются универсальностью, комплектностью своего воздействия: они развивают жизненно важные двигательные способности, укрепляют здоровье, формируют характер и систему нравственных принципов, знакомят и обучают традиционным промыслам.  
  
Традиционные средства физического воспитания выполняют следующие функции:

* Знакомство с окружающей средой.
* Освоение традиционных промыслов.
* Передача накопленного опыта в физическом воспитании от старшего поколения к младшему.
* Экологическое воспитание.
* Обеспечение необходимого объема двигательной активности (компенсаторная).
* Формирование нравственного воспитания.

Средства физического воспитания малочисленных народов Севера несут в себе весь многогранный спектр в воспитании, образовании и оздоровлении человека.  
  
В планировании содержания программного материала по физическому воспитанию рекомендуется включать игры, состязания и самобытные физические упражнения, что способствует сокращению времени на формирование двигательных умений и навыков. Так, например, при обучении отдельных видов легкой атлетики можно применять состязания «Скачки стерха», «Заячьи прыжки», «Броски палки на дальность». При обучении различным гимнастическим элементам и единоборствам применяются средства, как «Переправа», «Качалка на качалке», «Перетягивание палки», «Поднимание партнера, лежа на спине и другие». В лыжной подготовке необходимо применять средства как «Скороходы – снегоступы», «Бег на подволоках».  
  
В основу самобытных физических упражнений положены двигательные умения, которые выполняются в повседневной жизни.  
  
Все необходимое оборудование, инвентарь для проведения игр, состязаний, самобытных физических упражнений может быть изготовлено совместно с родителями или в кружке по данному направлению. Рекомендуется представленный материал использовать на занятиях физического воспитания, физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, кружковой работе.  
  
^ Рабочая программа по дополнительному образованию спортивный кружок «Хейро»  
  
Программа «Детство» В.И.Логинова; В.Т. Кудрявцев «Развивающая педагогика оздоровления»; Д.В. Хухлаева «Методика физического воспитания в дошкольном учреждении»   
  
Возраст детей: 5-6 лет. Срок реализации 1 год.  
  
^ Пояснительная записка  
  
Физическое воспитание – одно из необходимых условий правильного развития детей. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, формируются двигательные навыки. Интенсивность физического развития детей и их здоровье зависит от двигательной активности. Активность в движениях – необходимое условие нормального роста и развития организма ребенка. Одной из основных форм работы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях являются подвижные игры. Подвижные игры являются прекрасным средством развития и совершенствования движений детей, укрепления и закаливания их организма.   
  
Интеграция регионального компонента в физическом воспитании детей дошкольного возраста способствует обогащению знаний детей о традиционных промыслах северных народов, формированию навыков самоорганизации и взаимоконтроля, умению проявлять волевые и физические усилия, развитию важнейших физических качеств.   
  
Занятия спортивного кружка «Хейро» проводятся на основе подвижных игр и самобытных упражнений народов Севера.  
  
*^ Цель:*формирование у детей знаний о ритуалах, традиционных праздниках и самобытных физических упражнениях народов Севера.  
  
*Задачи:*

1. Способствовать развитию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, скорости.

2. Дать представления о традиционных промыслах и хозяйственной деятельности северных народов.

1. Развивать способности к двигательной импровизации.
2. Формировать стойкий интерес к занятиям физической культурой.

В условиях детского сада работа по использованию подвижных игр, состязаний и самобытных физических упражнений начинается со старшего возраста, т.к. для выполнения их необходимы определённые двигательные умения и навыки, характерные именно для этого возраста.   
  
Программа спортивного кружка предполагает проведение двух занятий в месяц с детьми 5-7 лет. Продолжительность занятия 25-30 мин.  
  
Мониторинг освоения программы

|  |  |
| --- | --- |
| Уровень | Характеристика уровней сформированности знаний подвижных игр и самобытных физических упражнений |
| *высокий* | Ребенок охотно принимает участие в подвижных играх. Имеет представление о традиционных промыслах и хозяйственной деятельности народов Севера. Проявляет устойчивый интерес к подвижным играм и самобытным упражнениям народов Севера. Не отвлекается во время игры, сосредоточен на выполнении двигательных действий. |
| *средний* | Ребенок правильно выполняет большинство самобытных физических упражнений, может уклоняться от заданий, требующих длительного волевого напряжения. Хорошо справляется с ролью водящего, правила не нарушает, но интереса к организации игр не проявляет. Самооценка и самоконтроль непостоянны. |
| *низкий* | Ребенок неохотно принимает участие в подвижных играх. Активности в овладении самобытными физическими упражнениями не проявляет. Ребенок не владеет знаниями о традиционных промыслах и хозяйственной деятельности народов Севера. |

^ Педагогический ринг «Жилище, домашняя утварь и одежда коренных народов севера»  
  
Мы живем в России – самой большой по территории стране в мире. Ее площадь составляет 17,1 млн. кв. км. Область, в которой мы живем – это наш край, он составляет частицу нашей необъятной Родины.  
  
Лучшие представители рода человеческого от древнего мира до наших дней считали, что каждый культурный человек должен хорошо знать свою Родину. Отсутствие знаний делает человека равнодушным. Равнодушие разъедает не только памятники старины, но и души людей.  
  
Знакомство с культурой народов Ямала является первоочередным требованием времени. Оно должно содействовать формированию нового просвещенного поколения, знающего и способного ценить культурное наследия края, которое надлежит всеми силами беречь и преумножать, без чего не может быть успешного будущего.  
  
Вопросы:  
  
*Устройство чума:*

1. Мя – ненецкий чум;
2. Нюки – полотнища для покрытия ненецкого чума;
3. Симзы – центральный шест ненецкого чума;
4. Нгу – простые шесты ненецкого чума;
5. Нёны – входные шесты ненецкого чума;
6. Синд – тыльные шесты ненецкого чума;
7. Ти – горизонтальные шесты ненецкого чума для костра;
8. Хуни – опорные шесты ненецкого чума;
9. Нюки – листы из бересты или шкур для покрытия чума;
10. Ея – наружный слой покрытия ненецкого чума;
11. Мюйко – внутренний слой покрытия ненецкого чума;
12. Па – очажный крюк в ненецком чуме;
13. Тюмю – очажный лист в ненецком чуме;
14. Толь – стол у ненцев;
15. Си – мужская часть ненецкого чума. Считается священной;
16. Нё – женская часть чума, прихожая;
17. Ва ав – Спальное место в ненецком чуме;
18. Нгум (пэнга) – цинковка в ненецком чуме;
19. Нгэва пыркабт – подушки в ненецком чуме;
20. Сея – место для женских вещей в ненецком чуме.

*Одежда и домашняя утварь:*

1. Малица – у ненцев меховая нательная рубаха с пришитыми капюшоном и рукавицами:
2. Мальца сава – мужская шапка;
3. Нгоба (оба) – рукавицы малицы;
4. Ни – пояс малицы;
5. Парка – глухая зимняя верхняя одежда, одевавшаяся на малицу;
6. Совик – особо утепленная меховая шуба ненцев;
7. Гусь (кувась) – надмалечная верхняя мужская одежда;
8. Паны – ненецкая женская распашная одежда;
9. Яга (ягушка) – традиционная женская шуба;
10. Не сава – женская шапка;
11. Кисы – обувь из шкур с оленьих ног;
12. Тучанг (Хант.), туча (ненец.) – сумочка для хранения швейных принадлежностей у северных женщин;
13. Ур хир – большие сумки северных ханты, предназначенные для перевозки вещей;
14. Паница – ненецкая рубаха для сна;
15. Пемдя пимя – меховые штаны;
16. Ямб хыдя – деревянная доска для нарезки мяса;
17. Хар – нож;
18. Хыдя – миска;
19. Ху, луцеку – ложка;
20. Нялько – поварёшка.

*Литература:*

1. Журнал «Культура Ямала» №3-4, 2001г. статья С.К.Нарышкина «Песни народа Неща (Лесные ненцы)».
2. Журнал «Ямальский меридиан» №1,2002г. Статья Ю.Юнкерова «Песня да хорей».
3. Журнал «Северяне» №2, 2005г. Статья Р.Ругин «Олень и солнце».
4. Журнал «Северяне» №2, 2005г. Фотоматериал «Оленья упряжка», «Образы земли Ямальской. №1, 2007г. «Хантыйская семья».
5. Журнал «Ямальский меридиан»№8, 2006г. Статья С.Няруй «Певец Ямальской тундры», фотоматериалы «Весомые достижения», «Первый слет оленеводов».
6. Журнал «Севернее» №4, 2005г. Статья «Движения чувств» - Стихи Л.Г. Ефремовой
7. Сборник песен «Мой дом Север» Н.Дудников.
8. Сборник песен «Северный калейдоскоп» Юрия Юнкерова.
9. Сборник «Детские подвижные игры народов Севера» Юрия Юнкерова.
10. Сборник песен «Праздник тундры» Семен Няруй.
11. Культура народов Ямала / Борко Т.И., Галкин В.Т., Еманов А.Г., Павлов А.В. – Тюмень: Изд-во Института проблем освоения Севера СО РАН, 2002.
12. Фёдорова Л.В. «Ямальский калейдоскоп», Тюмень, Издательство ИПОС СО РАН, 2003 г.
13. Шорыгина Т.А. «Беседы о русском Севере». Методические рекомендации М.: ТЦ Сфера, 2008 г.
14. Журавель Н. М. Краеведение Ямало – Ненецкого автономного округа., Новый Уренгой: ЗАО «Центр принт», 2003 .
15. Северные родники / Автор – составитель Л.В.Федорова. Тюмень: Изд-во Института проблем освоения Севера СО РАН, 2001.
16. Серия: «Сказки Евражки». Для дошкольного возраста. Ненецкие сказки. Литературная обработка Меновщикова Г.А., Васильева В.И. Издательство «Малыш», 1991.
17. Хрестоматия для детей старшего дошкольного возраста. Сост. Жуковская Р.Н. и Пеньковская Л.А. . М., «Просвещение», 1976.
18. Детские подвижные игры народов Севера. Сост. А.В.Кенеман., М., «Просвещение», 1989.
19. Шесталов Ю. , Сначала была сказка. Повесть, стихи, сказки, загадки, песни. Ленинград «Детская литература». 1985.
20. Ямал – наш дом, один на всех. «Тинейджер». Детская газета в газете «Правда Севера», март 2003 г.
21. Аромштам М.,Чему нам учиться у ненецких детей, или этнопедагогика для взрослых. «Дошкольное образование», №20 ,октябрь, 2002 года.
22. Борко Т.И., Галкин В.Т. Культура народов Ямала.
23. Богун П.Н. Национальные и народные игры ненцев Тазовского района. Учебное пособие. Салехард 1993.
24. Прокопенко В.В., Красильников В.П., Прокопенко В.В. Традиционные средства физического воспитания сургутских хантов.
25. Соловар В.Н., Моронко С.Д. Хантыйские народные загадки. Ханты – Мансийск, изд – во «Н.И.К.» 1997.