**ГБОУ детский сад№34, Московский район, г.Санкт-Петербург.**

 **«Влияние русских народных подвижных игр на развитие детей старшего дошкольного возраста».**

Воспитатель: Успенская Светлана Викторовна.

**Содержание**

**Введение**

**1 Теоретические основы русских народных подвижных игр.**

1.1 Истоки подвижных игр.

1.2 Русские народные подвижные игры  в работах отечественных педагогов и психологов.

1.3 Методика проведения народных подвижных игр с детьми старшего возраста.

1.4 Особенности славянских игр для детей.

1.5 Физические качества дошкольников и их влияние на развитие русских народных подвижных игр.

Заключение

Список литературы.

Приложение.

**ВВЕДЕНИЕ**

Игра – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку. Игра может быть средством самопознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего социального воспитания. Игры являются  сокровищницей человеческой культуры. Игры отражают все области материального и духовного творчества людей. Естественно, что изучением игр занимались и занимаются многие отрасли знаний: история, этнография, антропология, педагогика, теория и методика физического воспитания.

Игровая деятельность имеет важное значение в период формирования характера – в детские годы. Игровой метод в этот период занимает ведущее место. Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Игры были направлены на развитие у детей качеств, необходимых для будущей трудовой деятельности, а так же нравственных и психологических качеств.

Каждый народ, в зависимости от социально – экономических условий своего развития, психического состава, географического положения исторически вырабатывал самобытные виды подвижных игр, развлечений и забав, способы их выполнения, которые потом составили своеобразные системы национального физического воспитания.

В разработке содержания, организации и методики подвижных игр важную роль сыграли работы Т. И. Осокиной, А. В. Кенеман, Э. Я. Степаненковой. Всё больше внимания уделяется развитию двигательных качеств у детей дошкольного возраста в связи с решением задач физической культуры, улучшением работы по физическому воспитанию в детских садах. Быстрота, ловкость, сила и выносливость имеют большое значение для укрепления здоровья, овладения широким кругом движений.

**Актуальность** данной работы в том, что в последние годы было утеряно много культурных традиций, ранее общепринятых, ушли из жизни многие обряды, обычаи, сопровождающие человека в течение жизни. На сегодняшний день многие народные игры забыты, утеряны их правила. Мудрость народных игр состоит в том, что в них сохраняются те средства, методы, формы, и приёмы, которые актуальны и эффективны в физическом воспитании подрастающего поколения в настоящее время.

**Проблема**в том, что ни молодые родители, ни молодые педагоги практически не используют в своей работе с детьми столь ценный материал, как народные подвижные игры.

**Предмет исследования**: влияние русских народных подвижных игр на развитие дошкольников.

**Объект исследования**: русские народные подвижные игры.

**Гипотеза:** при внедрении в работу с детьми дошкольного возраста русских народных подвижных игр возможно добиться заметных успехов в развитии физических качеств детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи
:**

1.Анализ опыта работы воспитателей ДОУ по использованию русских народных подвижных игр в физическом развитии детей;

2.Уточнить влияние народных игр на развитие физических качеств (ловкости).

3.Подобрать народные подвижные игры для детей старшего дошкольного возраста.

**Методы исследования**:

1.Теоретический анализ педагогической, научно – методической литературы по изучению подвижных игр.

2.Диагностика развития физических качеств (ловкость) у детей старшего дошкольного возраста.

3.Сравнение анализа физических качеств средних дошкольников в начале и конце года.

Несмотря на соответствующий уровень  сформированности подвижных игр, их развитие не прекратилось, а неустанно продолжается. В связи с этим, изучение национальных традиций и внедрение народных подвижных игр в современную воспитательную работу, будет содействовать возрождению культуры и формирование полноценной системы физического воспитания.

**ГЛАВА 1 Теоретические основы русских народных подвижных игр.**

**1.1 Истоки подвижных игр.**

 Истоки подвижных игр уходят корнями в глубокую древность. История появления игр позволяет понять их воспитательное значение. Многие виды фольклора подтверждают предположение учёных о том, что  истоки подвижных игр заложены в первобытнообщинном строе, однако сведений об этом почти не осталось. Практически никто из этнографов вообще не ставил себе задачи такого исследования. Лишь в 30-е годы ХХ столетия появились специальные исследования Маргарет Мид, посвященные детям племени Новой Гвинеи, в которых имеются материалы об образе жизни детей. Игра была спутником жизни человека с незапамятных времён. В нём культуры разных народов демонстрируют сходство и огромное многообразие. По мнению Н.С. Воловика назначение игр имело не развлекательный характер, а практический. 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. Поскольку человек зависел от природы, и основным предметом изображения в игровых песнях стал животный и растительный мир.

В наиболее ранние исторические периоды жизни общества дети жили с взрослыми общей жизнью. Воспитательная функция ещё не выделялась, и все члены общества, воспитывая детей, стремились сделать их участниками общественно – производительного труда, передать им опыт этого труда. Так, Г.Новицкий в описании остяцкого народа писал, что во всех играх общим являлись ловля птиц, рыбы, охота на зверя. Дети, чтобы прокормится, учились стрелять из лука, ловить птиц и рыбу. Возникают, уменьшенные орудия труда, специально приспособленные к детским возможностям, с которыми дети упражнялись в условиях, приближающихся к реальным условиям деятельности взрослых.

Требования, которые ставит перед детьми общество в отношении овладения и употребления необходимыми, например будущему охотнику, скотоводу, рыболову, навыками приводят к целостной системе упражнений. Именно на этой основе создаётся почва для различного рода соревнований. В содержании этих соревнований между взрослыми и детьми нет никакой принципиальной разницы. На тождественность действий взрослых и детей в играх с соревнованиями или спортивных подвижных играх с правилами указывает целый ряд авторов.

Интересные исследования по вопросу происхождения игры проведены Н. Филитисом. Он считал, что ещё не так давно большой популярностью пользовалась теория отдыха, принятая Гутс – Мутсом. По этой теории, игры существуют для того, чтобы ребёнок отдыхал в привычных, радостных, не требующих большой затраты сил, упражнениях, позволяющих восстановить силы другого порядка, необходимые для поддержания жизни. Н. Фитилис отмечает, что Гутс – Мутс допустил ошибку, которая часто делается взрослыми, когда они судят о детских играх: психика взрослого сложившегося организма переносится на психику развивающегося организма ребёнка. Если мы часто наблюдаем, что  взрослые играют после работы, то с другой стороны, мы ежедневно видим здоровых, только что отдохнувших после продолжительного сна детей, которые играют, не нуждаясь ни в каком отдыхе. Опять присмотримся к играм детей, которые играют без перерыва. Кажется, у него нет больше сил, он еле - еле двигается, но все-таки напрягает последние усилия, чтобы продолжить игру. В этих случаях следует отметить, что ребёнок упражняет игрою накопленные силы.

Согласно теории, развитой К. Гроссом, игры служат средством для упражнения различных физических и психических сил. Таких как органы движения, органов чувств, особенно зрения, развития внимания, наблюдательности, мышления. Детство длится до тех пор, пока мы не будем вполне готовы для того, чтобы самостоятельно вести борьбу за существование, и если это развитие осуществляется при помощи игр, то играм принадлежит центральное место.

Воспитательная и художественная ценности подвижной игры сохранились до настоящего времени. В педагогической истории России подвижным играм придавалось большое значение. Они рассматривались как основа физического воспитания. Во  второй половине 21 века появляются работы виднейших педагогов Н.И. Пирагов, позднее Е.Н. Водолазова, П.Ф. Каптерева и др. В них подчёркивается первостепенное значение подвижных игр как деятельности, отвечающей возрастным потребностям ребёнка.

Основатель российской системы физического воспитания П.Ф. Лесгафт отводил подвижной игре большое место. Определяя игру как упражнение, при помощи которого ребёнок готовится к жизни, указывал на наличие в подвижной игре определённой цели. Действия должны соответствовать умениям ребёнка управлять собой. П.Ф. Лесгафт рекомендовал постепенно усложнять содержание и правила игры. При этом он уделял значительное внимание соблюдению правил игры. Рассматривал подвижные игры как средство разностороннего воспитания личности ребёнка, развитие у него честности, правдивости, выдержки. Идеи П.Ф. Лесгафта успешно претворялись в жизнь, его последователями и учениками стали В.В. Гориневским, Е.А. Аркиным.

По мнению В.В. Гориневского игра рассматривалась как средство формирования личности ребёнка. Он придавал огромное значение оздоровительной направленности положительных эмоций, которые ребёнок испытывал в игре. При этом исключал азарт, возбуждение, недоброжелательность детей друг к другу.

Е.А. Аркин считал подвижную игру незаменимым средством развития ребёнка. Он видел преимущества игры в её эмоциональной насыщенности, привлекательности, доставляющие ему радость и удовольствие. По его мнению, игра содействует работе крупных мышечных групп; разнообразие движений в ней препятствует утомлению; она развивает личную инициативу, психофизические качества; находчивость, тренирует анализаторные системы. Значительную роль учёный отводил педагогу, его искусству заинтересовать ребёнка, правильно объяснить игру, подвести итог.

В создании теории игры значительный вклад внесли ведущие русские педагоги и психологи. Вопросы теории и методики игры разрабатывались Д.Б. Элькониным, А.А. Леоньтьевым, А.В. Запорожцем и др. Анализ литературных источников указывает на то, что в разработке содержания, организации и методики подвижных игр важную роль сыграли работы А.И. Быковой, Л.И. Михайловой, Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеев

У подвижных игр также существует классификация. Они классифицируются по разным параметрам: по возрасту, по степени подвижности ребёнка в игре, по видам движений, по содержанию. В теории и методике с правилами относятся сюжетные и несюжетные игры. К спортивным играм – баскетбол, городки, настольный теннис, футбол и др.

Сюжетные подвижные игры отражают в условной форме жизненный и сказочный эпизод. Ребёнка увлекают игровые образы. Он творчески воплощается в них, изображая кошку, воробушка, автомобиль, волка и т.д.

Несюжетные подвижные игры содержат интересные детям двигательные игровые задания, ведущие к достижению цели. Эти игры делятся на игры типа: перебежек, ловишек; игры с элементами соревнований, игры – эстафеты, игры с предметами. Для маленьких детей используются игры забавы, такие как «Ладушки», «Коза рогатая». Подвижным играм посвящены статьи, книги, отражающие современные подходы к ней.

**ВЫВОД.** Таким образом, на основе анализа научно – методической литературы, можно сделать выводы:

1. Истоками народной подвижной игры является моделирование недоступной для ребёнка деятельности взрослого.

2. Игры создавались с целью подготовки подрастающего поколения к жизни, к труду.

3. Игры возникали с целью проверки готовности к жизни.

4. Игры создавались  с целью развития и совершенствования основных видов движения.

Народные подвижные игры разнообразны по своему содержанию и организации, что позволяет подбирать их с учётом времени дня, условий проведения, возраста детей, а так же в соответствии с поставленными воспитательными задачами.

Подвижная игра – не заменимое средство пополнения ребёнка знаний, и представлений об окружающем мире, развитие мышления, и ценных морально – волевых качеств. При проведении подвижных игр можно использовать неограниченные возможности комплексных, разнообразных методов, направленных на формирование личности ребёнка.

В подвижных играх совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту, образность движения, развитие чувства ритма. Подвижные игры готовят ребёнка к труду: дети располагают и убирают атрибуты в определенной последовательности, совершают свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности. Детям интересно играть, ведь игра – это основная форма обучения у детей дошкольного возраста.

**1.2 Русские народные подвижные игры в работах отечественных педагогов и психологов.**

К. Д. Ушинский писал, что воспитание, созданное самим народом и основанное на народных началах, имеет ту воспитательную силу, которой нет в самых лучших системах, основанных на абстрактных идеях или заимствованных у другого народа. Также считал необходимым обратить внимание на народные игры, проработать этот богатый источник, организовать их и создать из них превосходное и могущественное воспитательное средство.

Обратимся к трудам Е. А. Покровского. Этот выдающейся учёный отмечал, что в жизни русского народа различного вида игры с древнейших времён занимали весьма видное место.  Он один из немногих обращал внимание на такую особенность народных игр, как отражение в них истории той или иной нации. Е. А. Покровский подчёркивал, что подвижные игры имеют большое воспитательное значение, так как требуют «самого обширного участия всех духовных и телесных сил: с ловким, проворным движениям тела и его членов здесь соединяется смело задуманный план,  быстрота решения, осмотрительность при его выполнении, присутствие духа в непредвиденных случаях, неутомимость и настойчивость в проведении плана к строго намеченной цели.  Большинство такого рода игр производится на чистом воздухе, на широких пространствах, при усиленных движениях и ясно, что игры такого рода, бесспорно, содействуют наилучшему благосостоянию и развитию организма».

На основе анализа национальных игр он пришёл к выводу, что характер народа, бесспорно, накладывает свой заметный  отпечаток на многие проявления общественной и частной жизни людей. Этот характер сказывается также и на детских играх.

Детские подвижные игры, взятые из сокровищницы народных игр, отвечают национальным особенностям, выполняют задачу национального воспитания. Они выступают не только как фактор физического развития и воспитания, но и как средство духовного формирования личности. Е.А. Покровский писал, что именно национальные игры представляют собой важнейшее воспитательное средство, согласно с духом народа, по подобию того, как достигается народная речь, народная поэзия, сказки, поговорки, загадки и т.п.

Оздоравливающее, гигиеническое значение игры зависит ещё от одного фактора, на значение которого непременно указывали все выдающиеся педагоги и философы, начиная с Платона, - интерес и чувство удовольствия, радости, сопровождающие игру.

П.Ф. Лесгафт указывал, что в национальных играх ребёнок приобретает  знакомство с привычками и обычаями только известной местности, семейной жизни, среды, его окружающей. Он считал подвижные игры ценным средством всестороннего воспитания личности ребёнка, развития у него нравственных качеств: честности, справедливости, правдивости, выдержки, дисциплины, товарищества. Одним из первых П.Ф. Лесгафт предложил использовать подвижные игры в воспитании детей. Известны его слова: «Мы должны воспользоваться играми, чтобы научить детей владеть собой». В игре надо «научить их сдерживать свои расходившиеся чувствования приучить, таким образом подчинять свои действия сознанию». На большое значение народных подвижных игр указывали не только ученые, педагоги, но и общественные деятели. Так, А.Н. Соболев (священнослужитель, участник Владимирской ученой архивной комиссии) отмечал, что «игры имеют громадное значение для детей по удовольствию, которые они им доставляют. В игре дети живут их самодеятельность, творчество проявляются здесь во всей силе; в игре вырастает весь облик играющих с их вкусами, наклонностями, умственным складом и дарованиями. Процесс игры приводит в движение всё существо играющего как физическое, так и духовное».

 Необходимость обратить внимание на народные игры в воспитании детей указывала педагог Е.Н. Водовозова. Она рекомендовала заимствовать игры у своего народа и разнообразить их сообразно русской жизни. Подвижная игра должна научить сообразительности и находчивости. Главное условие этих игр – развивать фантазию ребёнка настолько, чтобы потом он сам, без помощи воспитателя, мог изобретать подобные игры. Большое значение использованию русских народных подвижных игр придавала А.П. Усова. Она отмечала, что, прежде всего игры служат несомненным доказательством таланта народа и поучительным примером того, что хорошая детская игра представляет собой образец высокого педагогического мастерства; поразительна не только та или иная отдельная игра, но также и то, как народная педагогика прекрасно определила последовательность игр от младенческих лет до зрелости. По мнению А.П. Усовой, игры, которые дети заимствовают друг от друга, младшее поколение от более старшего, созданы народом, так же как и народные песни, сказки, Именно по этому признаку они и называются народными.

Народные игры образны, поэтому они увлекают преимущественно детей дошкольного возраста. Игры заключают в себе элементы борьбы, состязания, а, следовательно, вызывают эмоции радости, опасения и побуждают к осторожности и этим увлекают детей.

Но, не зная истоков игры, не учитывая их национальные особенности, колорит, нельзя говорить, что воспитательное значение народных игр раскрыто полностью. Чтобы педагоги могли заинтересовать детей русской народной подвижной игрой, они должны, прежде всего, сами знать историю их появления, их воспитательное значение.

 Древние летописцы увлекались больше строем жизни людей взрослых, описанием их войн и характеров предводителей, более политической стороной жизни, детям обыкновенно уделяли слишком мало внимания, а игры их представляли себе, по-видимому, как едва ли позволительные детские шалости.

Большинство народных игр уходит корнями в религиозные пласты жизни. Например, одной из причин появления подвижных игр являются обрядовые игры, связанные с суевериями и предрассудками. Языческая романтика придавала особую красочность русской народной культуре. Верования племён основывались на поклонении солнцу (Ярило), огню, воде и земле. Человек ожидал от природы ниспослания земных благ, почитая предков, произнося магические заклинания и принося жертвы духам и богам. Кроме этого, культура Руси развивались на основе жесточайшей эксплуатации народа, главным образом крестьянства. Всё это отразилось в играх, которые являлись частью жизни русского народа. Игрою пронизаны в разной степени практически все области устного народного творчества от песни, которая «играется», до свадьбы своеобразной драматической игрой с четким поведением ритуально-игровым поведением каждого персонажа. Особые формы ритуально-игрового поведения можно найти в календарных обрядах и народных гуляньях, устраиваемые на Святки, Масленицу, Троицу и т.п. Игра в это время была не просто досужим развлечением, а способом организации хозяйственной, семейной и общественной жизни человека. Игра учила и наставляла. Игра развивала все человеческие способности такие как: сообразительность, наблюдательность, ловкость, выносливость, пластичность, умение общаться так, как этого требуют обстоятельства.

**1.3 Методика проведения народных подвижных игр детьми старшего дошкольного возраста.**

Методика проведения народной подвижной игры в целом ничем не отличается от проведения подвижной игры и включает в себя неограниченные возможности комплексного использования разнообразных приёмов, направленных на формирование личности ребёнка, умелое педагогическое руководство ею. Особое значение имеет профессиональная подготовка воспитателя, наблюдательность и предвидение. Стимулируя интерес ребёнка к игре, увлекая, его педагог замечает и выделяет существенные факторы в развитии и поведении детей. Необходимо определить (подчас по отдельным штрихам) реальные изменения в знаниях, умениях, навыках. Важно помочь ребёнку закрепить положительные качества и постепенно преодолеть отрицательные. Наблюдательность и любовь к детям позволяет педагогу вдумчиво выбирать методы руководства детской деятельность, корректировать поведение ребёнка и своё собственное, создавать радостную атмосферу в группе. Методика проведения игры направлена на воспитание эмоционального, сознательно действующего в меру своих возможностей ребёнка и владеющего разнообразными двигательными навыками.

Обязательным условием успешного проведения любых подвижных игр является учёт индивидуальных особенностей каждого ребёнка. Поведение его в игре во многом зависит от имеющихся двигательных навыков, типологических особенностей нервной системы. Активная двигательная деятельность тренирует нервную систему ребёнка, способствует уравновешиванию процессов возбуждения и торможения. Подбор и планирование народных  подвижных игр зависит от условий работы в каждой возрастной группе: общего уровня физического и умственного развития детей, их двигательных умений, состояния здоровья каждого ребёнка, времени года, особенностей режима, место проведения, интересов детей.

Значительное внимание уделяется подготовке атрибутов игры. Педагог изготавливает их вместе с детьми.

Тематика сюжетных народных подвижных игр разнообразна: это могут быть эпизоды из жизни людей, явлений природы, подражание повадкам животных.

Большое воспитательное значение заложено в правилах игры. Они определяют весь ход игры, регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношение, содействует формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которые не может не проявить воспитываемые у него качества.

Ребёнок может нарушить правила игры в следующих случаях: если не понял достаточно точно объяснения педагога, был недостаточно внимателен и т.д.

Объясняя новую народную игру, в которой есть зачин (считалка, певалка или жеребьёвка), взрослому не следует её разучивать заранее, а желательно ввести в ход игры неожиданно. Такой приём доставит детям большое удовольствие и избавит их от скучного трафаретного знакомства с игровым элементом. Ребята, вслушиваясь в ритмичное сочетание слов, при повторении игры легко запоминают зачин.

В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на определённых игровых заданиях, также много познавательного материала. Такая игра объясняется кратко, лаконично, эмоционально, выразительно. Воспитатель даёт представление о её содержании, последовательности игровых действий, расположение игроков и атрибутов, правилах игры. Он может дать один – два уточняющих вопроса, чтобы убедиться, что ребята поняли его правильно.

Сюжетную народную игру также можно объяснить по разному. Для лучшего понимания игрового сюжета педагог проводит предварительную работу. Например: рассказывает о жизни того народа, в чью игру предстоит играть, показ иллюстраций, предметы быта и искусства. Можно образно рассказать о сюжете игры, пояснить роль водящего. Успешное проведение во многом зависит от удачного распределения ролей.

Правильное выполнение движений доставляет детям удовольствие, чувство уверенности и стремление к совершенствованию. Объединяя играющих в группы, команды, педагог учитывает физические и индивидуальные особенности детей. Команды подбираются равные по силам, для активизации неуверенных детей соединяют со смелыми и активными.

В ходе игры задача педагога:

- следить за движениями, которые должны соответствовать правилам, (подсказать, как целесообразнее выполнить то, или иное движение),

- следить за дозировкой физической нагрузки (она должна увеличиваться постепенно, общая продолжительность игры около 15минут),

- делать краткие указания (указания лучше делать в положительной форме, поддерживая радостное настроение, поощряя решительность, ловкость, находчивость, инициативу),

- поддерживать и регулировать эмоционально-положительное настроение и взаимоотношение играющих,

- приучать детей ловко и стремительно действовать в создавшейся игровой ситуации, оказывать товарищескую поддержку,

- приучать добиваться достижения общей цели, испытывая радость.

Подведение итогов должно проходить в интересной и занимательной форме, чтобы вызвать желание в следующий раз добиться ещё лучших результатов. К обсуждению игры надо привлекать всех детей. Это приучает их к анализу своих поступков, вызывает более сознательное отношение к выполнению правил игры и движений. Правильное педагогическое руководство игрой помогает ребенку понять себя, своих товарищей, обеспечивает развитие и реализацию его творческих сил, оказывает психокоррекционное, психотерапевтическое воздействие.

Педагогу следует помнить, что главная его задача заключается в том, чтобы научить детей играть активно и самостоятельно. Только в этом случае они приучаются сами в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решения и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, т.е. дошкольники приобретают важные качества, необходимые им в будущей жизни.

**1.4 Особенности славянских игр для детей.**

Народная игра – это игра, широко распространённая в национальном обществе в конкретный исторический период, отражающая особенности этого общества.

Игра – деятельность не продуктивная, её мотивация заключается в самом игровом процессе. Но как бы игровой процесс не строился, она остаётся не только развлечением или физической тренировкой, но и средством психологической подготовки к будущим жизненным ситуациям. Без игры немыслимо формирование человека, как полноценной личности. И культура славян один из лучших тому примеров, т. к. является одной из богатейших в мире по количеству и разнообразию народных игр.

Славянские народные игры – самодостаточные произведения народного творчества, созданные и отточенные десятками поколений наших предков, и вобравшие в себя опыт народа. Они возникли не на пустом месте, а прообразом служили для них реальные события как бытовые, так и культурно – исторические. Народные игры можно разделить на несколько типов.

**- Игры, отражающие отношение человека и природы**. Жизнь человека в старину была намного более тесно связана с природой, чем в наши дни. Во многом именно от природы зависело, будет ли сыта община, жить в достатке или придётся голодать. Закономерно, что эта связь нашла своё отражение в культуре, обычаях, традициях у славянских народов. Дети стремились подражать взрослым в их делах, проделывали то же самое в игровой форме. Так возник целый ряд игр, в которых отражаются отношения человека к природе. Во многих из них лесные хищники – лиса, медведь, волк главные действующие лица (волки во рву, хромая лиса, медведь и вожак).

**-  Игры, отражающие повседневные занятия наших предков**. Охота, рыбалка, промыслы, бытовые сценки и многое другое, составляющее повседневные занятия наших предков дошло до наших дней в многочисленных играх. Глядя на которые не трудно представить, чем они жили в старину (невод, удочка, птицелов).

**- Игры по религиозным мотивам.** Подобные мотивы чётко прослеживаются в народных забавах. Водяные русалки, домовые, чародеи, нечистая сила фигурирует  не только в сказках и обрядах, но и появляются в сюжетных играх (водяной, черти в аду, дедушка – рожок  и другие).

         **- Игры на находчивость, быстроту и координацию.** Бег, прыжки и другие проявления двигательной активности свойственны детям. Особенно привлекательными становятся они, будучи оформленными, ввиде игры. Азарт, игровой задор, элементы соперничества и соревнования вот главные составляющие славянских народных игр (горелки, жмурки, салки).

         **- Игры на силу и ловкость.** Сильных и ловких уважали во все времена и в любом обществе. Игра то занятие, в котором дети могли продемонстрировать сверстникам эти качества (слон, чехарда, бой петухов и другие).

         **- Военные игры**. На Руси военные игры с давних пор были любимейшим развлечением для мальчишек. За долгую историю военные игры, не претерпели каких – либо серьёзных видоизменений, и дошло до нас почти в первозданном виде (кулачный бой, снежки, казаки – разбойники).

         Отмечу, что деление это весьма условное и не ставит перед собой цели загнать все народные игры в определённые классификационные рамки. Вполне возможно, что какие – то игры подойдут сразу к нескольким категориям. В каждую из этих игр дети могут играть вполне и сейчас. Они просты, понятны и не требуют специфических навыков.

Ещё одной особенностью славянских игр является использование в них зачинов, считалок, жеребьёвок. Они являются игровой прелюдией, дают возможность быстро организовать игроков, настроить их на безоговорочное и точное выполнение правил.

         **Зазывалки** – специальные речёвки, используемые для сбора участников на игру. Призыв к игре сопровождался подпрыгиванием на месте или по кругу, а произносивший их должен был вытянуть вперёд руку с отогнутым большим пальцем. Желающие играть должны были схватить зазывалу за палец кулаком и в свою очередь отогнуть свой большой палец. Всё это время зазывала произносит зазывалку с указанием названия игры. Когда набиралось достаточное количество игроков, зазывало заканчивал набор.

**Считалки** – называют короткие рифмованные стихи, применяемые для определения водящего. Считалки могли начинаться как загадки или как сказки. Концовки разнообразны с присутствием: «выйди, вон», «всё равно тебе водить» и т. д. «Выход» - это заключительный элемент в общей композиции считалки.

**Жребий –** выполняет функцию высшей справедливости. Его решению подчиняются все беспрекословно. Жребий это условный знак, какой – нибудь предмет, например дощечка, картонка. Берут по количеству участников одинаковых предметов. На одном ставят метку. Складывают в какой – нибудь ящичек, а затем игроки берут по одной. Кто вытягивает жребий с условной меткой, тому и водить.

**1.5 Физические качества дошкольников, и их влияние на развитие русских народных подвижных игр.**

         Физическое воспитание в детском саду предусматривает охрану и укрепление здоровья, полноценное физическое развитие. Потребность в движениях, двигательная активность, проявляемая ребёнком, физиологически обоснована, вызывает положительные изменения в его физическом и психологическом развитии, совершенствование всех функциональных систем организма. Двигательные умения тесно связаны с двигательными качествами, основные из которых – ловкость, быстрота, сила, выносливость связь эта взаимна. Чем богаче и шире арсенал движений, тем легче ребёнку добиться успеха в двигательной деятельности.

**Выносливость** – способность к длительному выполнению какой – либо деятельности без снижения её интенсивности, это способность человека противостоять утомлению от выполняемой работы за счёт волевых усилий.

**Ловкость –** способность быстро овладевать новыми движениями и их сочетаниями, а также умение действовать в изменившихся условиях правильно, быстро и находчиво.

**Гибкость** – морфофункциональное свойство опоро – двигательного аппарата, характеризующее степень подвижности его звеньев.

**Быстрота** – способность человека совершать действия в минимальный для данных условий отрезок времени. При этом выполнение таких заданий не должно занимать много времени и вызывать утомление.

**Сила** – способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечного напряжения.

         Для развития и тренировки двигательных качеств надо использовать свойственную детям активность, стремление действовать. Так же, как и во всей педагогической работе, важно учитывать индивидуальные особенности детей. Необходимо создавать условия, чтобы не только слабые, но и сильные дети могли упражнять свои качества развивать их дальше, не останавливаясь на среднем достигнутом уровне. И в этом как раз помогают народные подвижные игры. Именно они создают такую атмосферу, где каждый ребёнок в непринуждённой обстановке, наравне со всеми сверстниками выполняет всевозможные движения, тем самым развивая свои физические качества. Потому, как в каждой народной подвижной игре используется движение на развитие одного, а чаще нескольких физических качеств, сразу.

        **Заключение.**
Одной из эффективных форм сохранения здоровья, физического совершенства детей дошкольного возраста, являются народные игры. В данной работе мы выполнили поставленные перед нами задачи и доказали  что традиционные народные игры являются действенным средством всестороннего, и, прежде всего умственного и физического развития детей. Они помогают освоению и закреплению ранее полученных знанийи умений, развивают физические качества в различных игровых ситуациях.. Народные игры органически включаются в современный воспитательно-образовательный процесс в дошкольных учреждениях, делая этот процесс естественным.

**Список литературы.

1. Аркин Е.А. «Дошкольный возраст».

2. Былеева А. В., Григорьев В. И. «Игры народов СССР».

3. Бернштейн Н. А. «О ловкости и её развитии».

4. Буцинскаяинская П. П. «Физическое развитие дошкольников в детском саду».

5. Вавилова Е. Н. « Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость».

6. Вавилова Е. Н. «Развитие основных движений у детей 3 – 7 лет».

7. Змановский Ф. Ф. «Воспитываем детей здоровыми».

8. Кенеман А. В., Осокина Т. И. « Детские народные подвижные игры».

9. Литвинова М.Ф. «Русские народные подвижные игры».

10. Науменко Г. «Чудесный короб. Русские народные песни, сказки, игры».

11. Осокина. Т. И., Тимофеева. Е.А «Игры и развлечения на воздухе»

12. Рунова М.А. «Двигательная активность в детском саду».

13. Степаненкова Э. Я. «Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольников».

14. Степаненкова Э.Я. «Теория и методика воспитания и развития ребёнка».

15. Флоров В.Г. «Физические занятия, игры и упражнения на прогулке».

16. Хухлаева А. Г. «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях».

 17. Яковлева Л. В., Юдина Р. А. «Физическое развитие и здоровье детей 3 – 7 лет».**

**Приложение №1.
Приложение 2

«У медведя во бору»

Описание.

Выбирается один водящий — «медведь», который становится в углу площадки. Остальные играющие располагаются на другой стороне площадки в своем «доме». Пространство между «берлогой медведя» и детьми  «бор» («лес»).

Дети идут в бор за грибами и за ягодами. Постепенно приближаясь к «медведю». Во время сбора «грибов» и «ягод» дети припевают:

У медведя во бору
Грибы, ягоды беру,
Медведь простыл,
На печи застыл!

А медведь сидит.
И на нас рычит!

После последних слов «медведь», который до этого притворялся спящим, потягивается и бежит к детям, а они быстро поворачиваются и бегут к себе «домой» или разбегаются в разные стороны, стараясь не попасться «медведю», который стремится поймать их (дотронуться рукой, осалить).

Кого «медведь» поймает, тот меняется с ним ролью. Если «медведю» не удастся поймать кого-либо (все ребята спрячутся к себе в «дом»), он идет к себе в «берлогу» и продолжает водить.

Правила игры. «Медведь» не имеет права выбегать и ловить ребят, пока они не скажут последние слова речитатива.
«Гуси – лебеди»

Описание.

На одной стороне площадки проводят линию, отделяющую «гусятник», на другой стороне  линию, за которой находится «пастбище». Из играющих выбирают «пастуха» и «волка». Остальные — «гуси» и «лебеди». Они становятся в ряд в «гусятнике». «Пастух» располагается сбоку от «гусей», «волк» посередине площадки. «Пастух» говорит:

Гуси- лебеди гулять, пока волка не видать!

Все гуси и  лебеди летят на пастбище, подражая птицам. Как только «пастух» скажет громко:

«Гуси-лебеди, домой, серый волк за горой!».

Они убегают с пастбища в гусятник, а волк ловит их до линии их гусятника. Пойманных гусей подсчитывают, и  они идут в логово волка и остаются там до его замены. Играют с одним волком 2—3 раза, затем выбирают нового «волка» и «пастуха» из непойманных. В заключение отмечаются лучшие «гуси» (ни разу не пойманные «волком») и лучший «волк» (сумевший поймать больше «гусей»). Если участников мало, то играют до тех пор, пока не будут переловлены все «гуси».**
**Правила игры.** «Гусям» разрешается выбегать и возвращаться в «гусятник» только после слов, сказанных «пастухом». Кто убежит раньше, тот считается пойманным.

«Волк» может ловить только после слов «под горой» и только до линии гусятника.

**«Ловишка в кругу»**

**Описание.**

На площадке чертят большой круг. В середине круга кладут палку. Длина палки должна быть значительно меньше диаметра круга. Величина круга от 3 м и более в зависимости от количества играющих. Все участники игры стоят в кругу, один из них  ловишка. Он бегает за детьми и старается кого-то поймать. Пойманный игрок становится ловишкой.

Правила игры. Ловишка во время игры не должен перепрыгивать через палку. Это действие могут совершать только участники игры. Вставать на палку ногами запрещается. Пойманный игрок не имеет права вырываться из рук ловишки.

**«Охотники и утки»**

**Описание.**

В зале чертят две линии на расстоянии 6 – 8 метров друг от друга, образовав прямоугольник, двумя сторонами которого будут стены и двумя другими начертанные линии. Играющие делятся на две команды, охотники и утки. Охотники становятся за начерченными линиями, разделившись пополам. У одного из них мяч. Утки располагаются в прямоугольнике. Охотники, не выходя из - за черты перекидывают друг другу мяч и в удобный момент попадают в уток. Утки спасаясь, бегают то мяча в прямоугольнике. Осаленные мячом выходят из игры. Игру продолжают пока не будут подстрелены все утки, после чего меняются командами.

**Правила игры.** Охотник не имеет право заступать за черту. Салить можно в любую часть тела, за исключением головы. Подстреленная утка временно не участвует в игре.
**«Пятнашки».**

**Описание.**

Играющие выбирают водящего пятнашку. Все разбегаются по площадке, а пятнашка их ловит.

**Правила игры.** Тот, кого пятнашка коснется рукой, становится пятнашкой.

**Варианты.**

Пятнашки, ноги от земли*.* Играющий может спастись от пятнашки, если встанет на какой-то предмет.
Пятнашки-зайки*.* Пятнашка может запятнать только бегущего игрока, но стоит последнему запрыгать на двух ногах — он в безопасности.

**«Пчёлки и ласточки».**

**Описание.
И**грающие  пчелы летают по поляне и напевают:

 Пчелки летают,

Медок собирают!

Зим, зум, зум!

Зум, зум, зум!

Ласточка сидит в своем гнезде и слушает их песенку. По окончании песни ласточка говорит: «Ласточка встанет, пчелку поймает». С последним словом она вылетает из гнезда и ловит пчел. Пойманный играющий становится ласточкой, игра повторяется.

**Правила игры.** Пчелам следует летать по всей площадке. Гнездо ласточки должно быть на возвышении.
**«Смелые мышки»**

**Описание.**

Выбирается водящий. Он будет котом. Мышки становятся на противоположной стороне комнаты от кота, который сидит на стульчике. Дети-мыши медленно передвигаются по направлению к коту во время следующих слов:

Вышли мыши как-то раз.
Посмотреть, который час.
Раз-два-три-четыре,
Мышки дёрнули за гири. (Воспитатель громко хлопает в ладоши)
Вдруг раздался странный звон.
Убежали мыши вон.

Кот просыпается и пытается поймать мышей. Те, в свою очередь, убегают на своё место. Пойманными считаются те мыши, до которых дотронулся кот.

**«Змейка»**

**Описание.**

Эй-ка, эй-ка,
Голубая змейка!
Объявись, покажись,
Колесом покрутись!

Воспитатель предлагает всем детям изобразить змейку. Дети кладут руки друг другу на плечи и медленно «змейкой» двигаются вперёд за педагогом. Перед детьми могут ставиться преграды(кубы, дуги и т.д.), которые змейка должна обогнуть, не опрокинув.
**«Совушка»**

**Описание.**

Из числа играющих выделяется «совушка». Её гнездо в стороне от площадки. Играющие на площадке располагаются произвольно. «Совушка» - в гнезде.

По сигналу ведущего: «День наступает, всё оживает!» - дети начинают бегать, прыгать, подражая полёту бабочек, птичек, жучков и т.д. По второму сигналу: «Ночь наступает, всё замирает – сова вылетает!» - играющие останавливаются, замирают в позе, в которой их застал сигнал. «Совушка» выходит на охоту. Заметив шевельнувшегося игрока, она берёт его за руку и уводит в своё гнездо. За один выход она может добыть двух или даже трёх игроков.

Затем «совушка» опять возвращается в своё гнездо, и дети вновь начинают свободно резвиться на площадке.
После 2-3 выходов «совушки» на охоту её сменяют новые водящие из числа тех, которые ни разу ей не попались.

**Правила игры.** Запрещают «совушке» подолгу наблюдать за одним и тем же игроком, а пойманному вырываться.

**«Бабка Ёжка»**

**Описание.**

В середину круга встает водящий — Бабка Ежка, в руках у нее «помело». Вокруг бегают играющие и дразнят ее:

Бабка Ежка Костяная Ножка

С печки упала, Ногу сломала,

А потом и говорит:

- У меня нога болит.

Пошла она на улицу

Раздавила курицу.

Пошла на базар

Раздавила самовар.

Бабка Ежка скачет на одной ноге и старается кого-нибудь коснуться «помелом». К кому прикоснется — тот и замирает
 «**УДОЧКА»**

**Описание.**

Играющие образуют круг. Водящий, стоя в центре, вращает веревочку с привязанным на конце мешочком с песком – удочку. Играющие перепрыгивают через веревочку, когда она проходит под ногами, стараясь не задеть ее. Коснувшийся веревки становится водящим. Детали: Вращение веревки должно производится не выше уровня колен.

«**АЛЕНУШКА И ИВАНУШКА»**

**Описание.**

Играющие встают в круг и берутся за руки. Выбираются Алёнушка и Иванушка, Иванушке завязывают глаза. Они находятся внутри круга. Иванушка должен поймать Алёнушку. Чтобы это сделать он может звать её: «Алёнушка, ты где?». Алёнушка обязательно должна откликаться: «Я здесь!». Как только Иванушка поймал Аленушку, их место занимают другие ребята, и игра начинается сначала. У Аленушки может быть в руках колокольчик, для сложности.
**«В СОБАЧКИ»**

**Описание.**

Игра проводится на небольшой площадке или в зале. Играющим требуется мяч (волейбольный, баскетбольный или простой детский).

 Участники становятся в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук. Водящий (по жребию) встает в середину круга. У кого-либо из стоящих по кругу в руках мяч. Играющие перебрасывают мяч по воздуху или перекатывают по земле так, чтобы водящий не мог коснуться его. Бегая в середине круга, водящий стремится дотронуться до мяча, находящегося в воздухе, на земле или в руках у кого-либо из игроков. Если водящему удастся коснуться мяча, то он меняется местом с игроком, бросившим мяч, или с игроком, державшим мяч, когда его коснулся водящий.

**Правила игры**. Если мяч вылетит из круга, то играющие должны как можно быстрее поднять его и, вернувшись на свои места, продолжать игру. Водящий имеет право касаться не только мяча, находящегося у кого-либо в руках, в воздухе, на земле, но и мяча, вылетевшего за круг.

**«Петух»**

**Описание.**

Все играющие встают в круг и берутся за руки.  Игроки идут по кругу, петух в кругу. Дети говорят:

Тух – тух

Ту – ру – рух!

Ходит по двору петух.

Сам со шпорами, хвост с узорами.

Во дворе стоит, громче всех кричит!

Петух: Ку – ка – ре – ку!

Все разбегаются, петух ловит детей,

Пойманный становится петухом.

**«Из круга в круг»**

**Описание.**

Чертится несколько кругов. Играющие находятся в этих кругах. Между ними находится водящий, который не имеет право заходить в круги. Находится в кругу долго нельзя. Играющие должны постоянно перебегать из одного круга в другой. Задача водящего задеть игрока, пока он не находится на территории круга. Осаленный игрок становится водящим.

**«Жмурки»**

**Описание.**

Игра проходит на небольшой, ограниченной площадке, на которой нет опасных препятствий. Водящему завязывают глаза, либо он просто зажмуривается. Он должен с закрытыми глазами осалить кого-нибудь из играющих. Играющие убегают от водящего, но при этом не заходят за пределы площадки. Они обязательно должны подавать голос, называя водящего по имени, либо крича: «Я здесь». Осаленный игрок меняется местами с водящим.

**Приложение № 3.**

**Считалки:**

Раз малинка, два малинка,
Ела ягоды Маринка,
И в корзинке у Маринки.
Не осталось ничего.
Кто по ягоды пойдет,
Тот корзиночку найдет.

Шел, прошел,
Не нашел,
Шишел.
Вышел,
Вон пошел!

Стакан, лимон, выйди вон.
Из окошка кувырком!
Лимон покатился,
Стакан разбился!

Бомба взрывается,
Игра начинается.
В начале игры:
Раз, два, три,
Огонь, пали!

Катится яблочко.
С крутой горы.
Кто поднимет.
Тот уйди!

Первишки, другишки,
Шалуны мальчишки
Стали играть,
Воду выбирать.
Ну-ка ты, Додон,
Убирайся вон!

Гномик золото искал!
И колпак свой потерял!
Сел, заплакал, - как же быть?!
Выходи! Тебе водить!

Шла машина темным лесом.
За каким-то инте-ресом.
Инте-инте-инте-рес,
Вы-ходи на букву эс.
А на буковке звезда,
Там не ходят поезда.
Если поезд там пойдет,
Машинист с ума сойдет!
Вот и поезд не пошел,
Машинист с ума сошел.

Бегал заяц по болоту,
Он искал себе работу,
Да работы не нашел,
Сам заплакал и пошел.

Раз, два, три, четыре, пять,
Вышел зайчик погулять,
Вдруг охотник выбегает,
Прямо в зайчика стреляет
Пиф-паф ой-ой-ой.
Умирает зайчик мой.
Привезли его в больницу,
Отказался он лечиться,
Привезли его домой,
Оказался он живой.

В гараже стоят машины -
Волга, Чайка, Жигули,
От какой берешь ключи?

На златом крыльце сидели
Царь, царевич, король, королевич
Сапожник, портной
Кто ты будешь такой?

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |