МКДОУ «Детский сад № 28»

Игровой тренинг

Тема: «Физическое развитие детей

 средствами народной игровой культуры»

Подготовила воспитатель: Копытцева Е.Г.

 2022г.

**Притча**

 **Давным – давно на горе Олимп жили - были боги.**

**Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля.**

**Стали думать: каким должен быть человек ? Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным».**

**А один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам».**

**И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье.**

**Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А самый мудрый из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека! Пусть он его поищет».**

**Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье.**

**Только вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!**

 **Помочь ребёнку найти этот дар, сохранить и укрепить должен воспитатель! Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь и мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.**

Уважаемые коллеги, сегодня мы с вами поговорим о русской народной подвижной игре, как о средстве сохранения и укрепления здоровья детей (физического и психологического) и всестороннего развития личности дошкольника. Мы с вами начнем наше взаимодействие с игры **- «Здравствуй друг»** (участники делятся на пары)".

**Здравствуй друг – жмут друг другу руки;**

**Как ты тут – хлопают друг друга по плечу;**

**Где ты был – берутся за ухо;**

**Я скучал – показав на себя, перекрещивают руки на груди;**

**Ты пришел – раскрывают руки в стороны;**

**Хорошо – обнимаются и поглаживают друг друга по спине.**

Народные игры - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный народностям и регионам.

Русские народные подвижные игры имеют многотысячелетнюю историю: они сохранились до наших дней со времен глубокой старины, передавались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции.

 Дети раннего возраста воспитывались в семьях на прибаутках, потешках, играх-забавах, связанных с первоначальными движениями самого малыша. В жизни более старших детей бытовали народные игры с разнообразным двигательным содержанием, включающие заманчивые для ребят зачины, певалки, считалки.

Существует много народных игр, основанных на целенаправленном развитии интеллекта, воспитании различных физических качеств, на передаче важных сведений, информации о мире игры, осмысленно ориентированные на обучение ребенка. Все они развивают и стимулируют обогащение творческого потенциала и воображения ребенка.

Культурная ценность народных игр бесспорна. Они несут в себе заряд всех видов эстетической деятельности человека и являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт и труд, национальные устои, представления о чести и смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку и выдержку, творческую выдумку и находчивость, волю и стремление к победе.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, эстетического и физического воспитания дошкольников. Дети разных народов, посещая детские учреждения, повседневно общаются, играют в разные игры, внося в свою деятельность элементы национальной культуры. Дошкольников в играх более всего увлекает игровое действие, характерная черта которого - активность детей в игровых целях.

Я предлагаю провести блиц-опрос по теме «Русские народные игры». Я задаю вам вопросы, вы отвечаете на них по очереди, первая и вторая команда:

**1 задание:- Какие атрибуты используются в русских народных играх? (палочка, платочек, мяч, игрушка)**

**- Главная роль в народной игре? (водящий)**

**- Что определяет весь ход игры, регулирует действия и поведение детей? (правила игры)**

**- Для чего нужна считалка в игре? (чтобы выбрать водящего)**

**- Где используются русские народные игры? (в организации праздников, утренников, развлечений, прогулок)**

**- Какие физические качества воспитываются в русских народных играх? (смелость, ловкость, выносливость)**

**- Откуда берётся речевой материал для народных игр? (из народного фольклора)**

**- Что является сигналом к действию в народной игре? (слово)**

**2 задание**: Народные игры-наиболее универсальная, естественная, традиционная форма взаимодействия детей, в каких одновременно в трех аспектах осущевстлялась игра:

**1. Речевого (словесного) общения.**

**2. Ритмического или мелодического выражения.**

**3. Совместных движениях и действиях**.

**3 задание: Основная функция народных игр?**

 **воспитание национального самосознания.**

 Народные игры, танцы, развлечения наиболее привлекательны и доступны для освоения дошкольниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности.

Народная педагогика прекрасно определила последовательность игр от младенческих лет до зрелости. В то же время, народные игры очень гибки в возрастном отношении. Например, в “Жмурки”, “Кошки-мышки” и др. охотно играют дети младшего, старшего дошкольного и школьного возраста.

Народные подвижные игры влияют на воспитание воли, нравственных чувств, развитие сообразительности, быстроты реакции, физически укрепляют ребенка. Через игру воспитывается чувство ответственности перед коллективом, умение действовать в команде. Вместе с тем, спонтанность игры, отсутствие дидактических задач делает эти игры привлекательными “свежими” для детей. По-видимому, такое широкое применение народных подвижных игр и обеспечивает их сохранность и передачу из поколения в поколение.

Народные игры как средство физического воспитания дошкольников, прежде всего, решают задачу побуждения к деятельности, связанной с удовлетворением потребностей ребенка в познавательной, двигательной и эмоциональной сферах.

Использование народных игр в образовательном процессе позволяет реализовать двигательный компонент, представленный в физическом воспитании, познавательный компонент, основанный на знаниях о русской народной культуре и эмоциональный компонент, связанный с сюжетной основой русских народных игр.

Познавательный компонент определяет уровень знаний дошкольников о русских народных играх, традициях, обычаях; деятельный компонент - опосредованное восприятие дошкольниками русских народных игр; эмоциональный компонент - непосредственное восприятие ребенком русской народной культуры.

В жизни бытует огромное количество самых разнообразных игр. Сложность их классификации заключается в том, что они, как и любое явление культуры испытывают серьезное влияние динамики исторического процесса, идеологии разных социальных групп.

Популярность таких народных игр, как «лапта», «городки», «салки», «чижик», «кашевары», «народный мяч», «невод», «охотники и утки», «бабки», «перетягивание каната», «кошки-мышки», «горелки», «хоровод», должна использоваться в качестве средства привлечения дошкольников к регулярным занятиям физической культурой, способствовать сохранению культурного наследия русского народа.

По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны ребенку. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. Именно поэтому игра признана ведущей деятельностью ребенка-дошкольника. Все свои жизненные впечатления и переживания малыши отражают в условно-игровой форме, способствующей конкретному перевоплощению в образ. Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребенка, а встречающиеся в некоторых играх зачины, диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной умственной деятельности. В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на определенных игровых заданиях, также много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы ребенка, развитию его мышления и самостоятельности действий. Так, например, в связи с движениями водящего и изменением игровой ситуации ребенок должен проявить более сложную, т. е. мгновенную и правильную, реакцию, поскольку лишь быстрота действий приводит к благоприятному результату («Палочка-выручалочка», «Пятнашки» и др.).

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

В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора; движения точны и образны, часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами, заманчивыми и любимыми детьми считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший, неповторимый игровой фольклор.

**Задание 4: считалки, зазывалки**

**Каждая команда по одному примеру.**

1. Жили-были сто ребят.

Все ходили в детский сад,

Все садились за обед,

Все съедали сто котлет,

А потом ложились спать —

Начинай считать опять.

2. Катилась горошина по кругу

Ты води, а я не буду.

3. Я куплю себе дуду и на улицу пойду,

Громче дудочка дуди, мы играем, ты води.

Зазывалки:

1. Тай-тай, налетай!

В интересную игру,

А какую – не скажу.

Поиграйте с нами,

Догадайтесь сами!

2. 1, 2, 3, 4, 5 –

Выходи со мной играть!

3. Собирайся, народ,

Кто со мной играть идет?

Помимо считалок и зазывалок, существуют и жеребьевки, которые также создают эмоциональное настроение и увлекают самим процессом игры. Они применяются в тех случаях, когда детям необходимо разделиться на команды.

**5 задание: Жеребьёвки.**

 **по одному примеру от команды**

1.Летела сова из красного села, села сова на четыре кола.

2.Ниточка или иголочка?

3.Сахару кусочек

Или аленький платочек?

4.Жеребёнок малый

Или конь бывалый?

Характерная особенность народных игр - движения в содержании игры (бег, прыжки, метания, броски, передачи и ловля мяча, сопротивления и др.). Эти двигательные действия мотивированы сюжетом игры. Специальной физической подготовленности играющим не требуется, но хорошо физически развитые игроки получают определенное преимущество в ходе игры (так, в лапте хорошо ловящего мяч ставят в поле у линии кона, а хорошо бьющего выбирают капитаном и дают дополнительный удар по мячу).

Ну а сейчас я предлагаю немного поиграть. Команды выходите на середину зала.

**Игра «Золотые ворота» (Считалка).**

      Двое водящих получают имена – «луна» и «солнце». Они становятся лицом друг к другу и, соединив руки, поднимают их вверх, образуя воротца. Остальные играющие, взявшись за руки, проходят через эти ворота. Игроки, изображающие эти ворота, поют:

**Золотые ворота**

**Пропускают не всегда.**

**Первый раз – прощается.**

**Второй раз – запрещается,**

**Ну, а в третий раз**

**Не пропустим вас! – (Опускают руки.)**

    Тот, кто оказался за воротами, остается у «луны» и «солнца». У него спрашивают, где он хотел бы остаться: У «луны» или у «солнца». Задержанный отвечает и становится за тем игроком, кого выбрал. Таким образом все распределяются: кто – к «солнцу», а кто к – «луне». Побеждает та команда, в которой больше человек.

**Игра «Горячие руки» (игра для детей 5–7 лет).**

      Дети образуют круг. Водящий встает в центре круга. Стоящие вокруг него играющие поднимают руки до уровня пояса и держат их ладонями вверх. Водящий стремится осалить кого-нибудь по ладони. Играющие, спасаясь, быстро опускают руки. Тот, кого водящий осалит, становится водящим

       Если играющих много, водящими могут быть два, три человека. Играющие могут и не убирать руки, а поворачивать их ладонями вниз. Игра проходит живее, когда водящий пытается быстро перемещаться по кругу в разных направлениях.

**Игра «Летела корова».**

 Количество игроков: 4 и больше. Дети становятся в широкий круг, руки не смыкают. Левую руку каждый игрок свободно кладет поверх правой руки соседа.

     Игра начинается. По очереди игроки говорят по одному слову из игры и левой рукой хлопают по правой руке соседа.

**Слова в игре такие: Летела корова по синему небу. Читала газету №…**

      Игрок называет любой номер (например, 10) и по очереди начинается счет до этого номера: 1, 2, 3, …10. Каждую цифру называет новый игрок, когда подходит последняя цифра, игрок следующий за говорящим, должен отдернуть руку. Если игрок, не успел отдернуть руку, то он проиграл. И игра начинается снова.

**Вывод:** Для ребят дошкольного возраста игры имеют исключительное значение: игра для них – учеба, игра для них – труд, игра для них – серьёзная форма воспитания. Подвижная игра – одно из важных средств всестороннего естественного развития воспитанников. Характерная её особенность – комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание. А значит, это лучший метод сохранения и укрепления психологического здоровья.

Игровой тренинг мы завершаем и предлагаю вам заключительную игру в которой нужно просто добавить нужное слово.

**«Доскажи словечко».**

Мы сегодня не устали,

Потому что ………….. (поиграли).

 Много нас собралось вместе,

Было очень ………………… (интересно).

 Игр нам разных показали.

Новых много мы………….. (узнали).

 Русские народные

Игры хороводные

Не пристало забывать,

Будем чаще в них………….(играть).

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ.**