

«Вернёмся к играм наших бабушек и дедушек»

Русские народные игры – средство повышения эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста.



Подготовила: инструктор по физической культуре

МБДОУ д/с №85

Кобелева Татьяна Ивановна

Проблема эффективности физического воспитания детей дошкольного возраста является чрезвычайно важной, так как именно в этот возрастной период закладываются основы здоровья, гармоничного физического развития, приобретаются двигательные умения и навыки. Потребность в активных, разнообразных движениях является отличительной особенностью дошкольников. Упражнения и подвижные игры являются самым универсальным и доступным средством развития двигательной сферы. Как писал в своих трудах В.Н. Сорока-Росинский: «Без игры ребёнок не может нормально расти и развиваться так же, как и нормальный взрослый человек не может существовать без труда. Игра для ребёнка не забава, а естественное превращение духовных и физических сил в действия, в вещи». Благодаря движениям и играм повышается общий жизненный тонус ребёнка, возрастает работоспособность, выносливость, устойчивость к болезням.

Эффективным средством разностороннего развития, где оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи решаются в комплексе и направлены на воспитание гармонично развитой личности, являются русские народные подвижные игры. В играх совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма.

Несомненна роль народной игры в умственном воспитании детей. Подвижные игры способствуют развитию речи ребёнка, с их помощью обогащается словарный запас, так как игры часто сопровождаются песнями, стихотворениями, считалками.

Бежит время, сменяют друг друга обитатели детских игровых площадок, но у каждого нового поколения есть свои любимые национальные игры, которым и очень солидный возраст не мешает быть «своими» у всех детей разных национальностей и поколений, даже если последние «выбирают колу». Секрет и обаяние народных игр – их простота, умение наладить живое общение в любой компании. А ведь это самое главное! В них играли наши мамы, бабушки, играли мы, а теперь играют наши дети. А игра – одна другой интересней.

Чтобы пригласить ребят поиграть, громко покричим «зазывалочку».
Например, такую:

«Ты идёшь, а ты беги, ты стоишь, а ты смотри,
Всех принимаем и не обижаем,
В интересную игру, поиграть приглашаем!
А кто опоздает – в небо улетает».

П.Ф. Лесгафт обратил внимание на то, что в народных играх ребёнок приобретает знакомство с привычками и обычаями только известной местности, семейной жизни, известной среды, его окружающей; считал подвижные народные игры ценнейшим средством всестороннего воспитания личности ребёнка, развития у него нравственных качеств – честности, правдивости, выдержки, дисциплины, товарищества. Предлагаемые подвижные игры подойдут детям любого возраста. Играйте с удовольствием!

«Лиса и гуси»

Среди игроков выбирают лису, остальные – гуси. Гуси выходят на лужайку пощипать травку. Неожиданно появляется лиса, и гуси с криком «га-га-га!» собираются в кружок.

Лиса: Сейчас я вас съем!

Гуси: Не ешь нас!

Лиса: Съем!

Гуси: Послушай, какую песню мы поём: «Га-га-га!»

Гуси поют песню и улетают. Лиса ловит их.

Правила игры: гуси на лужайке ходят «гусиным шагом». Убегая от лисы, игроки машут руками, как крыльями. Лиса «осаливает» игроков касанием руки. Пойманный игрок становится лисой.

«Бабка – ёжка»

По считалке выбирается водящий – Бабка-ёжка. Он садится на стульчик, поставленный на одной из сторон зала. Напротив Бабки-ёжки на противоположной стороне зала в шеренгу становятся все остальные игроки, взявшись за руки. Дети читают стишок, одновременно начинают подходить к Бабке-ёжке:

«Бабка-ёжка, костяная ножка, нос крючком, волоса торчком,
Печку топила, кашу варила.

Пошла в огород – испугала весь народ,

Пошла на улицу – раздавила курицу,

Пошла на лужайку – испугала зайку!»

По окончании чтения дети кричат: «Раз, два, три – лови!»

Бабка-ёжка поднимается со стула, бросается догонять детей. Дети убегают от водящего за линию. Кого поймает Бабка-ёжка, тот становится водящим.

«Два Мороза»

На противоположных сторонах спортивного зала обозначаются 2 линии. Играющие становятся за одной из линий. По считалке выбираются 2 водящих: Мороз – Красный Нос и Мороз – Синий Нос. Они становятся в центре зала посередине между двумя линиями.

По сигналу они произносят:

«Мы два брата молодые, два мороза удалые,

Я – Мороз – Красный Нос,

Я – Мороз – Синий Нос.

Кто из вас решится в путь – дороженьку пуститься?»

Все дети хором отвечают:

«Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!»

После слов «мороз» все игроки перебегают на противоположную сторону зала, стараясь как можно быстрее оказаться за второй линией, а водящие стараются их догнать и «заморозить» - дотронуться до кого – либо рукой.

«Деревце моё»

Среди игроков выбирают водящего. По сигналу игроки убегают, водящий их ловит.

Правила игры: водящий «осаливает» игроков касанием руки. Игроки, убегая от водящего, могут подбежать к любому дереву и, обхватив руками, попросить у него защиты, например: «Берёзонька, помоги!» Водящий не ловит игроков, которые находятся под защитой деревьев. Пойманный игрок становится водящим.

Происходит стремительная смена поколений, увлечений, интересов – мы сами порой не успеваем за временем... Но в наших силах помочь детям сохранить радость общения, забавы, веселья и то волшебство игры, ощутить которое можно только в детстве.

Пусть мучительные раздумья на тему «Чем бы занять скучающую детвору» не приводит взрослых в панику. Просто стоит вспомнить своё детство и поиграть с ними в любимые подвижные игры. А дети расскажут о них своим друзьям, и, может быть, скоро в них будут играть на всех игровых площадках.