

Тухватуллина Гузель Мударисовна

воспитатель

Халикова Лилия Равилевна

воспитатель

МДОАУ Д/С ОВ с. Загородный муниципального района
Стерлитамакский район Республики Башкортостан
с. Загородный, Республика Башкортостан

НАРОДНЫЕ ТРАДИЦИОННЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ЗОЖ

***Аннотация:** проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последние годы приобретает все большую актуальность. По данным Министерства здравоохранения всего 13% детей 6–7-летнего возраста могут считаться здоровыми, и одна из существенных причин сложившейся ситуации – отсутствие у детей ценностного отношения к собственному здоровью. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые годы жизни ребенка, в годы дошкольного детства. От здоровья, жизнерадостности детей зависят их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Поэтому, как отмечает автор, крайне важно правильно организовать развитие ребенка с самого раннего возраста.*

***Ключевые слова:** здоровье, традиции, игры, физкультура, семья.*

Главное в жизни – это здоровье! С детства попробуйте это понять!

Главная ценность – это здоровье! Его не купить, но легко потерять!

В каждой семье существует своя непередаваемая атмосфера любви, понимания и душевного тепла. Дети, растущие в таких семьях, перенимают эту атмосферу. Как же она возникает? Подобную атмосферу в семье создают семейные традиции, обычаи или семейный досуг. Зачастую такие хорошие качества берут свои корни из семейных устоев старшего поколения – они крепкие и незыблемые. Благодаря им создается ощущение надежности семейных отношений,

возникает крепкая связь между членами семьи, поддерживаются близкие и доверительные отношения, дети ощущают стабильность семьи, спокойствие и заботу.

Семейные традиции – это регулярно повторяющиеся действия членов семьи, направленные на сплочение внутрисемейных связей и укрепление семьи как главной основы общества. Традиции – неперенный атрибут семейного счастья и благополучия, отражающий нравственную позицию всех членов семьи. Каждая семья индивидуальна и имеет свою историю. Семейные обычаи позволяют всем членам почувствовать свою значимость, уделить время и внимание родным, проявить к ним уважение и любовь.

Традиции дают ощущения стабильности семьи, прививают тягу к здоровому образу жизни, труду и порядку. Позволяют почувствовать себя неотъемлемой частью чего-то большого, крепкого, того, что мы называем ячейкой общества.

Вот и в наш детский сад в рамках инновационной площадке Института развития образования Республики Башкортостан ведет углубленную деятельность на тему «Башкирские народные традиции как средство формирования ценностей здорового образа жизни у дошкольников».

Цель нашей работы состоит в том, чтобы повысить качество образовательного процесса по физическому развитию, формированию и развитию здорового образа жизни дошкольников с введением новых методов и форм работы. Так же мы знакомим наших воспитанников с традициями башкирского народа по формированию здорового образа жизни; воспитываем желание вести здоровый образ жизни; обучаем простейшим приемам оздоровления. Все это проводится через изучение поэзии местных авторов. Таких как Гузалии Ариткуловой, Константина Вуколова, Оксаны Сальниковой, через театрализованные постановки на материалах народного фольклора, разучивание народных игр, развивающих ловкость, силу, быстроту реакции, внимательность, знакомство с самобытным народным праздником «Сабантуй», как средство социализации и физического совершенства дошкольников.

В каждой группе нашего детского сада оформлены уголки физического воспитания, где расположены атрибуты, доступные для ребенка. Это макеты лошадей, футбольные ворота, кольцоброс, кегли, мячи (большие и маленькие), теннисные ракетки и много другого спортивного оборудования. Для знакомства с различными видами спорта для детей есть книжки с картинками. Для игровой деятельности подготовлены картотеки игр по возрасту детей. Активно помогают в пополнении физкультурного уголка родители. Своими руками они смастерили массажёры из яиц от киднер сурпризов, дорожки для профилактики плоскостопия из пуговиц и крышечек, султанчики для дыхательной гимнастики.

Народные башкирские игры являются традиционным средством педагогики, а по определению И. Галяутдинова, выполняет такие важнейшие функции, как: – коммуникативную: освоение диалектики общения; – терапевтическую: преодоление различных трудностей, возникающих в других видах жизнедеятельности; – диагностическую: выявление отклонений от нормативного поведения, самопознание в процессе игры; – коррекционную: внесение позитивных изменений в структуру личностных показателей; – межнациональной коммуникации: усвоение единых социокультурных ценностей; – развлекательную (основная функция игры – развлечь, доставить удовольствие, воодушевить детей, пробудить интерес к знаниям); – социализации: включение в систему общественных отношений, усвоение норм человеческого общежития. Испокон веков в играх ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, мужестве, национальные устои. Все это мы организуем через подвижные игры. Такие как «Курай», «Мойош алыш», «Бакыр топ», «Юрта», «Наза». Именно эти игры способствуют развитию ловкости, силы, выносливости организма, мужество, выдержку, гибкости тела. Такие игры можно использовать в качестве физминуток, развлекательных моментов и на соревнования. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется уважительное отношение к культуре родной страны.

Игры, которые предлагаем детям, зависят от возраста, физической подготовленности, состояния здоровья дошкольников. Игры обеспечивают

сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей посредством реализации современных и адаптированных к условиям дошкольного учреждения оздоровительных технологий. Они носят сугубо профилактический характер и направлены на поддержание эмоционально-положительного тонуса воспитанников.

Башкирские народные подвижные игры имеют многовековую историю, они сохранились и дошли до наших дней из глубокой старины, передавались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции. Это приятные воспоминания детства и радость для сегодняшних дошкольников.

В настоящее время в современном мире идет сокращение двигательной активности детей, как в семье (дети привязаны к телевизору и компьютерным играм), так и в детском саду. А это значит, что теряется творческая природа игры, обедняются содержание и сюжеты, а значит и внутренний мир ребёнка. Ограничиваются возможности его самовыражения и развития. Как изменить положение? Как сделать игру увлекательной, разнообразной и востребованной? И как нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? В этой ситуации обращение к народным играм – основе игровой культуры в целом – это не только духовное обогащение человека, но и огромный потенциал для его физического развития.

Список литературы

1. Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр – М.: Мозаика-синтез, 2009. – 28 с.
2. Беляева С.В. Беседа с родителями «Традиции здорового образа жизни в культуре Башкирского народа» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://infourok.ru/beseda-s-roditelyamitradicii-zdorovogo-obraza-zhizni-v-kulture-bashkirskogo-naroda-1001226.html> (дата обращения: 18.11.2018).
3. Давлетова К.Ж. Новые векторы развития дошкольного образования: Материалы Всероссийской научно-практической конференции (26 апреля 2018 г.). – Уфа: Издательство ИРО РБ, 2018. – 240 с.