

**Гриднева Илона Евгеньевна**

воспитатель

**Бородатова Марина Александровна**

инструктор по физической культуре

**Скорынина Евгения Васильевна**

старший воспитатель

МБДОУ «Д/С КВ №10 «Земский»

г. Белгород, Белгородская область

## **РУССКАЯ НАРОДНАЯ ПОДВИЖНАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО ОПТИМИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

***Аннотация:** статья посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме – отсутствию у детей интереса к двигательной активности, что негативно сказывается на их физическом и психическом здоровье. Авторы полагают, что планирование работы по формированию двигательной активности детей с использованием русских народных игр, оснащение физкультурного уголка в соответствии с возрастными особенностями детей, начиная с младшего дошкольного возраста, составление перспективного планирования спортивных досугов совместно с родителями даст положительный результат.*

***Ключевые слова:** подвижные игры, здоровье, народные игры, родительское участие, развитие, дошкольный возраст.*

В настоящее время формирование здоровья детей является главным направлением деятельности дошкольного образовательного учреждения. Благодаря анализу проводимой работы было отмечено, что с каждым годом возрастает количество детей, у которых снижен интерес к двигательной деятельности, они малоподвижны, подвержены частым заболеваниям.

Именно поэтому детям дошкольного возраста просто необходимы подвижные игры: они развивают координацию, благотворно влияя на

вестибулярный аппарат, стимулируют кровообращение, укрепляют сердечно-сосудистую систему, способствуют формированию правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям.

Для развития у воспитанников физического и психического здоровья в работе необходимо уделять большое внимание русским народным играм.

Педагогическая ценность этих игр состоит не только в том, что они направлены на общее физическое развитие детей. Они также способствуют развитию речи ребенка, с их помощью обогащается словарный запас, так как часто сопровождаются песнями, стихотворениями считалками. В них совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма, приобщаются к народной культуре. Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Исходя из этого, необходимо постоянно формировать у детей интерес и потребность в использовании народных подвижных игр, создавать условия для проведения подвижных игр и повышать уровень знаний родителей в вопросах, касающихся народных подвижных игр.

В работе с детьми дошкольного возраста при проведении народных игр необходимо учитывать не только физическую подготовленность детей, но и их возрастные особенности. Знакомство детей с русской народной подвижной игрой начинают с младшего дошкольного возраста, выбирая наиболее простые игры, которые привлекают своей напевностью, эмоциональностью. Это игры с песенным и стихотворным сопровождением. Например, хороводы: «Зайка беленький сидит», «По ровненькой дорожке», «У медведя во бору», «Наседка и цыплята», «Мотылек».

При работе с детьми средней группы перед педагогом стоит задача – познакомить детей с русской народной подвижной игрой, научить понимать поставленную перед ними задачу, ввести понятие водящий, выполнять роль водящего в игре, правила, совместно играть, понимать слова диалекта.

Объяснение новой игры проходит по-разному, в зависимости от ее вида и содержания. В ходе игры привлекается внимание детей к ее содержанию. Объясняется последовательность игровых действий, слова диалекта, расположение игроков и атрибутов, правила игры. Педагог следит за точностью движений, которые должны соответствовать правилам, за дозировкой физической нагрузки. Дает краткие указания, поддерживает эмоционально-положительное настроение, в конце игры обращает внимание на тех детей, кто проявил смелость, ловкость, выдержку, товарищескую взаимопомощь.

Помогают распределить роли и выбрать ведущего весело, задорно, без обмана и обид различные считалки и зазывалки: «Конь ретивый с длинной гривой», «Лиса по лесу ходила», «Сорока прилетела», «Катился горох», «Я куплю себе дуду». Народные игры необходимо включать во все режимные моменты. Во время утреннего приёма используются игры малой подвижности: «Угадай чей голосок», «Колечко», «Где мы были мы не скажем, а что делали покажем». Эти игры влияют на хорошее психологическое самочувствие всех детей, а также способствуют созданию положительного психологического микроклимата, дружеских взаимоотношений между детьми на целый день.

На прогулке проводятся подвижные игры, которые способствуют снятию мышечного напряжения и повышению двигательной активности всех детей: «Салки», «Гуси-лебеди», «Жмурки», «Горелки», «Мыши», «У медведя во бору». После сна организовываются игры на внимание, способствующие быстрому пробуждению, хороводные, которые настраивают на доброжелательный лад: «Заря-заряница», «Карусель», «Колечко».

Приобретенные детьми двигательные навыки, усвоенные во время проведения русских народных игр, закрепляются при проведении спортивных досугов, организованных совместно с инструктором по физической культуре. В этих развлечениях дошкольники имеют возможность расширять и активизировать двигательную активность, приучаются сопереживать успехам и неудачам товарищей, умеют радоваться их достижениям, поддерживать хорошие, дружеские взаимоотношения между собой. Одним из аспектов работы педагогов

дошкольного образовательного учреждения является активное взаимодействие с семьями воспитанников. С целью выявления знаний родителей о русских народных играх проводится анкетирование, определяется желание родителей участвовать и помогать в этой работе.

Свое сотрудничество с родителями необходимо начать с родительского собрания, на котором желательно рассказать о том, что большая часть народных подвижных игр направлена на общее физическое развитие детей, что основным содержанием игр являются такие виды движений как бег, ходьба, прыжки, лазанье, метание. Кроме этого, несомненна роль народной игры и в умственном воспитании. С ее помощью дети познают окружающий мир, учатся соблюдать правила игры, у них развивается внимание, мышление, воображение и память. Именно поэтому роль русской народной игры очень важна для психофизического развития детей.

В свою очередь, родители больше станут отдавать предпочтение не просмотру телепередач и компьютерным играм, а подвижным играм на свежем воздухе, станут интересоваться информацией на стендах в родительских уголках, изготавливать атрибуты к праздникам и развлечениям.

В каждой работе педагог может столкнуться с определенными трудностями, связанными с тем, что некоторые родители очень мало внимания уделяют проблеме русских народных игр и мало участвуют в жизни группы.

В связи с этим необходимо планировать работу по формированию двигательной активности детей с использованием русских народных игр, пополнять картотеку народных игр, продолжать оснащать физкультурный уголок в соответствии с возрастными особенностями детей, начиная с младшего дошкольного возраста, составлять перспективное планирование спортивных досугов совместно с родителями. Малоактивных родителей приглашать посещать открытые мероприятия и развлечения по физкультуре в детском саду, чтобы в дальнейшем они стали постоянными и активными участниками воспитательно-образовательного процесса.

Построенная таким образом вышеперечисленная работа даст положительный результат. Постоянно совершенствуя свои навыки и умения, дети будут играть с удовольствием и при этом меньше болеть, что в свою очередь повысит интерес к русским народным играм.