

Проект

«Русские народные игры, средство приобщения к здоровому образу жизни детей дошкольного возраста 4-5 лет»

Светоносова Александра Юрьевна

Участники проекта: дошкольники 4-5 лет группы общеразвивающей направленности №5 «Бабочка», родители, инструктор по ФК, учитель-логопед, воспитатели.

Вид проекта: игровой, долгосрочный

Сроки реализации проекта: 2018-2019 учебный год.

Цель проекта: Приобщение детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни посредством русских народных подвижных игр».

Задачи проекта:

1. Обучить народным подвижным играм, их правилам и совместным действиям; использованию в самостоятельной деятельности народных игр.
2. Развивать ловкость, равновесие, быстроту движений, закрепить основные движения: бег, прыжки, метание в ходе проведения народных подвижных игр.
4. Сформировать интерес у детей к ЗОЖ и потребность в использовании народных подвижных игр, как средству укрепления физического здоровья.
5. Способствовать познавательному развитию ребенка, используя в играх все виды фольклора (сказки, песенки, потешки, заклички, пословицы, поговорки, загадки, хороводы), так как фольклор является богатейшим источником познавательного и нравственного развития детей.
6. Воспитывать любовь к родному краю, самостоятельности в принятии решений, формировать дружеские взаимоотношения, приобщать детей к народной культуре, воспитывать любовь и интерес к русской народной игре.

Актуальность проекта:

В настоящее время актуальной является задача сохранения традиций, формирование патриотического самосознания ребенка дошкольного возраста. Доступные и выразительные народные игры активизируют

мыслительную деятельность дошкольников, способствует расширению представлений о культурном наследии русского народа, развитию психических процессов и приобщению к здоровому образу жизни. Именно в этом состоит актуальность данной темы, ведь приобщение дошкольников к русским народным подвижным играм и ЗОЖ соответствует потребностям времени, запросам родителей и учреждения. Через русские народные игры возможно приобщение к культурным ценностям, которые заложены поколениями во всех направлениях развития ребенка и заложены на генетическом уровне, развитию физиологических возможностей организма, приобщению к ЗОЖ. В играх испокон веков дети проявляли и закрепляли ту деятельность, которая сопровождала их в кругу семьи. Именно через игру дети знакомились с основными приемами того или иного ремесла, промысла: ткачества, охоты, рыбалки. Русские народные игры создают благоприятные условия для развёртывания активной двигательной деятельности. В народной игре есть весь арсенал необходимых средств для формирования здорового образа жизни, и успешной социализации здорового члена общества, что требует от нас Федеральный Государственный стандарт дошкольного образования.

Прогнозируемый результат:

Дошкольники знают большинство русских народных подвижных игр и их правила, совместно со сверстниками используют в самостоятельной деятельности народные игры. Развита ловкость, равновесие, быстрота движений, закреплены основные движения: бег, прыжки, метание в ходе проведения народных подвижных игр. Дошкольники активно интересуются ведением здорового образа жизни и потребность в использовании народных подвижных игр, как средству укрепления физического здоровья. Дошкольники используют в играх все виды фольклора (сказки, песенки, потешки, заклички, пословицы, поговорки, загадки, хороводы), что говорит о высоком уровне познавательного и нравственного развития дошкольников.

Дошкольники самостоятельно принимают решения о необходимости ведения ЗОЖ, у дошкольников сформированы дружеские взаимоотношения.

Повысился профессиональный уровень педагогов и степень их вовлеченности в деятельность. Повысился образовательный уровень родителей через введение их в увлекательный мир народных игр.

Содержание проекта:

1 этап: Организационно – подготовительный - сентябрь

- Подбор теоретических материалов и повышение уровня профессиональной компетентности по теме;
- Сбор и анализ литературы для взрослых и детей;
- Разработка системы, направленной на обучение народным подвижным играм и приобщению к ЗОЖ.
- Проведение бесед с детьми и анкетирование родителей; разработка и организация спортивных прогулок, занятий, русских народных игр. Рассматривание рисунков, фотографий о русских народных играх, знакомство с литературными произведениями, малым фольклором.
- Подготовка картотек русских народных подвижных игр, картотека считалок.
- Повышение компетентности родителей и воспитателей по вопросам, касающимся обучения детей дошкольного возраста русским народным играм.

Пути реализации:

- Оформление картотек русских народных игр.
- Оформить альбом с рисунками и фотографиями русских народных игр.
- Анкетирование родителей по теме: «Уровень приобщенности к ЗОЖ».
- Консультации для родителей по теме: «Русская народная игра в жизни дошкольника», «Использование потешек, скороговорок в повседневной жизни дошкольника, в режимных моментах»
- Чтение произведений малых фольклорных форм: потешки, заклички, считалки. Разучивание и применение в развитии культурно-гигиенических навыков.

Второй этап: основной.

Организация совместной образовательной деятельности с дошкольниками с целью разучивания и применения русских народных игр.

Обучение дошкольников точно и полно воспринимать информацию о народных играх, применять навыки в спортивных играх, закаливании, коммуникативных играх, рассказах, и т.д.

Пути реализации:

октябрь	1.Беседа с детьми «В какие игры играли наши бабушки и дедушки»	Расширить представление детей об историческом и культурном прошлом наших предков
	2.Опрос детей по теме «Народные детские подвижные игры»	Пробудить у детей интерес к теме народных игр
	3.Составление картотеки «Народные подвижные игры»	Подбор народных игр из предложенных детьми в соответствии с возрастом детей.
ноябрь	1.Игры: «У медведя во бору», «Зайка беленький сидит», "Метелица" (См. картотеку)	Знакомство с игрой. Игровые правила: Развивать у детей умение действовать по сигналу, упражнять в беге.
	2.Считалка «Шла кукушка мимо сети»	Разучить считалку для распределения ролей
	3. Потешка Одевание «Собираемся гулять»	
декабрь	1.Подвижная игра «Мыши и кот»	Упражнять детей в умении самостоятельно выбирать направление движения; воспитывать организованность, развивать ловкость, быстроту
	2.Подвижная игра «Ходит Ваня» игра «Снег, снег кружится...»	Познакомить детей с новой народной игрой и ее правилами, разучить песенную заличку к игре и совершенствовать навыки детей следовать согласованными движениями, а также наблюдательность; закреплять устный счет; побуждать детей двигаться в одном выбранном направлении; способствовать развитию внимания, памяти, речи
	3.Зачлилка в выборе водящего (См. картотеку) 3. Потешки на умывание	
январь	1.Развлечение на улице «Учимся играть в игры бабушек и мам» с родителями «Колпачок», «Мороз Красный Нос», «Мыши в кладовой»	Продолжать знакомить детей с характерными особенностями русских народных игр. Вызвать эмоциональный положительный отклик.
февраль	1.Игра «Курочка-хохлатка», «Зайцы и волк»	Развивать умение действовать по сигналу, упражнять детей в беге в различных направлениях, учить ориентироваться в пространстве, соблюдать правила

	2.Игра «Мышь и угол»	Знакомство с игрой. Игровые правила Развивать умение действовать по сигналу, внимание, упражнять детей ориентироваться в пространстве по слуховому восприятию (закличка)
	Закличка «Мышка, мышка, продай уголок» Закличка «Посадим на ложку капусту картошку»	Разучить закличку к игре «Мышь и угол» Формирование КГН
март	1.Игры «Хоровод», «Ручеек» «Солнышко и дождик», «Где вы были?»	Познакомить детей с новыми народными играми и их правилами; совершенствовать навыки детей быстро передавать предмет по кругу; развивать память, речь, внимание, реакцию; формировать умение детей сдерживать свои эмоции во время игр
	Присказка «Что такое чистым быть»	Формирование КГН
	Считалка «Шла кукушка» Потешка «Кораблик в тарелке»,	Закрепить, учить использовать в самостоятельной двигательной активности КГН за солом
апрель	«Гуси» «Летает - не летает»	Знакомство с игрой. Игровые правила Развивать умение действовать по сигналу, внимание, упражнять детей ориентироваться в пространстве по слуховому восприятию (закличка)
май	Турнир Каждый день и в год любой дружим с русской игрой	

Третий этап: заключительный.

Анализ реализации деятельности проекта..

Знакомство родителей с результатами проекта – презентация

Оценка этапов реализации проекта детьми.

Транслирование результатов проекта, «точки роста»

Пути реализации:

апрель	Выступление на спартакиаде дошкольников
май	Анкетирование родителей Выступление на тематическом педчase по теме опыта работы

июнь	Сдача ГТО
------	-----------

Перспективное планирование работы с родителями и педагогами

срок	содержание работы	цель
сентябрь	Буклет для родителей «Народные игры»	Повысить уровень знаний родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей через народные подвижные игры
октябрь	Информационный лист «В помощь родителям. Народные игры для дошкольников – залог ЗОЖ»	
ноябрь	Информационный лист «Организуем народные игры в семье», «Закаливание», Потешки изучай – культурно-гигиенические навыки прививай	
декабрь	Мастер-класс для педагогов «Народные игры и их роль в развитии ЗОЖ дошкольников»	Применение детьми народных игр в самостоятельной игровой деятельности в помещении и на улице
январь	Развлечение на улице «Учимся играть в игры предков» с родителями	Повысить интерес родителей к участию в оздоровительной работе вместе с детьми, способствовать психологическому сближению детей и родителей.
февраль	Рекомендации в организации домашнего стадиона	Помочь родителям в организации занятий физкультурными упражнениями и оздоровительных мероприятий дома
март	Выставка работ детского творчества «Мои любимые игры» «Масленица» - эстафетные подвижные русские народные игры в рамках гуляний!	Информировать родителей о работе, проводимой в детском саду в данной области
апрель	Презентация опыта на педчасе «Русская народная игра, как средство приобщения дошкольников к здоровому образу жизни».	
май	Фотостенд «Русские народные игры в различных видах деятельности»	

Оценка результатов проекта.

Результаты анкетирования семей по теме «Русские народные игры»: во всех принявших в анкетировании семьях родители гуляют с детьми, обеспечивают им возможность играть, но в то же время большинство родителей не играют со своими детьми и не смогли ответить, какое же значение имеют подвижные игры для физического развития и здоровья детей. Большинство родителей знают, что такое народные подвижные игры и знакомы с ними. Но мало играют с детьми. Это говорит о том, что в семьях слабо прослеживается связь поколений, воспитание в историческом и патриотическом русле не проводится. По итогам анкетирования было решено ознакомить родителей с информацией о важности и необходимости совместных подвижных игр с детьми, их значении для укрепления здоровья детей и укрепления связей внутри семьи. Обратить внимание родителей на взаимосвязь поколений в историческом, культурологическом и патриотическом направлении. С этой целью были проведены консультации для родителей «Коми народная игра в жизни дошкольника», «Использование потешек, скороговорок в повседневной жизни дошкольника», выступление на родительском собрании: «Влияние коми подвижных игр на всестороннее развитие дошкольников», индивидуальные беседы с родителями, также к родителям была просьба принести фотографии моментов совместных игр с детьми с целью привлечения родителей к совместным играм. Из результатов опроса детей можно сделать вывод, что дети знают названия игр, их правила, и могут организовать в самостоятельной деятельности игры. В ходе проекта ребята научились отличать подвижные игры от других видов игр, также ребята смогли познакомиться с понятием народные игры, оказалось, что народные игры детям знакомы, и они любят в них играть, но пока с трудом могут отличить народные игры от других подвижных игр. С многими детьми родители начали проводить свободное время в игре. Подводя итоги проекта, было принято решение всеми его участниками продолжать изучение народных игр, применять их в совместных играх, как в семьях, так и во время пребывания в детском саду.

Приложения

Консультация для родителей: «Русская народная игра, как средство приобщения дошкольников к здоровому образу жизни».

1. Значение подвижной игры для развития ребёнка.
2. Народная игра как школа воспитания ребёнка.
 - развитие ловкости, меткости, быстроты, силы.
 - воспитание доброты. Благородства, взаимовыручки.
3. Считалки.
5. Условия проведения подвижных игр.
6. Народная игра в жизни детского сада.
7. Карточка народных игр.
8. Список используемой литературы.

После проведения теоретической части мастер-класса - практическая часть.

Цель: Систематизировать представления педагогов о народных играх как о форме приобщения детей к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Познакомить педагогов с некоторыми народными играми
2. Закрепить знания участников мастер – класса об организации и проведении подвижных игр.
3. Повысить профессиональную компетентность участников мастер – класса.

Значение русской народной игры для развития ЗОЖ дошкольника.

Одной из форм организации оздоровительной работы, приобщения к здоровому образу жизни являются русские народные подвижные игры. Подвижные игры - естественная форма физических упражнений детей, соответствующих их анатомическим и психологическим особенностям, одно из условий культурного развития ребёнка. В них он осмысливает и познаёт окружающий мир, в них развивается его интеллект, фантазия, воображение, формируются социальные качества. Играя, ребёнок не только познаёт окружающий мир, но и преображает его.

Оздоровляющее значение игр зависит от важного фактора, на который указывали все выдающиеся педагоги, начиная с Платона, – это интерес, чувство удовольствия, радости, сопровождающее игру. П.Ф. Лесгафт указывал, что в национальных играх ребёнок приобретает знакомство с привычками и обычаями местности, семейной жизни, среды, его окружающей. Он считал подвижные игры ценнейшим средством всестороннего воспитания личности ребёнка, развития нравственных качеств: честности, правдивости, выдержки, дисциплинированности, товарищества.

На большое значение народных подвижных игр указывали не только учёные и педагоги, но и общественные деятели. А.Н. Соболев, священнослужитель, отмечал, что «игры имеют громадное значение для детей по удовольствию, которое они им доставляют. В игре дети живут, ...их самостоятельность, 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. Начиная играть, дети хотят именно играть, т.е. приятно провести время, им эта приятность игры побуждает иногда детей играть до полного утомления, до тех пор, пока есть у них какие-нибудь силы для игры. Деревенские игры не в пример разнообразнее и веселее городских.»

Радость движения сочетается в народных играх с духовным обогащением детей. В них заключается огромный потенциал для физического развития ребенка, формируется устойчивое отношение к культуре родной страны, создавая эмоционально положительную основу для развития патриотических чувств.

Школа воспитания ребёнка.

Народная подвижная игра – это школа воспитания, где удивительно совершенные и ценные произведения народного творчества, создавались и оттачивались десятками поколений, вбирая в себя опыт целого народа. В ней свои «учебные предметы». Народные подвижные игры вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических и физических процессов, стимулирует переход детского организма к более высокой ступени развития. Игра развивает у детей ловкость, меткость, быстроту и силу, моторику, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы и законы физики. Игра формирует высокую нравственность.

Народные подвижные игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. Она учит премудростям жизни, добру и справедливости, чести и порядочности, любви и долгу. Народные игры разнообразны, развлекательны и эмоциональны. Они доступны для детей, начиная с дошкольного возраста, но не менее интересны и для взрослых. Раньше, после тяжелого трудового дня, взрослые с удовольствием принимали участие в играх детей, обучая их, как надо развлекаться и отдыхать.

Многообразие народных игр.

Народные игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками. Характерная особенность народных подвижных игр - движения в содержании игры (бег, прыжки, метание, броски, передачи и ловля мяча, сопротивления и др.). Эти двигательные действия мотивированы сюжетом игры. Специальной физической подготовленности играющим не требуется. Они просты и общедоступны. В них каждый может найти себе активную роль по силам и способностям. Атрибуты для этих игр могут быть изготовлены самими играющими, большинство игр не требует специально

оборудованного места. Даже для подвижных игр достаточно обычной лужайки или «пяточка» во дворе. В неё можно играть на прогулках, во время вечернего отдыха, на семейных праздниках. Игры на свежем воздухе, особенно в весенне-осенние периоды, повышают устойчивость организма к простудным и инфекционным заболеваниям, а также к вредным влияниям неблагоприятной внешней среды.

Таким образом, народные подвижные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности коми народа в физкультурном аспекте деятельности.

Русские народные подвижные игры, в комплексе с другими воспитательными средствами, представляют собой основу начального этапа формирования, гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Народные подвижные игры можно распределить на группы:

1. Народные игры, отражающие отношение человека к природе. Такие игры воспитывают доброе отношение к окружающему миру и ЗОЖ в природе.

2. Игры, отражающие быт русского народа, повседневные занятия наших предков. Эти игры интересны тем, что в них нужно проявить смекалку и находчивость, они призваны развивать КГН которые являются неотъемлемой частью ЗОЖ.

3. Игры, где есть возможность помериться силой и ловкостью, направленные на правильное физиологическое формирование организма дошкольника, профилактику различных заболеваний.

Русские народные игры оказывают благотворное влияние не только на развитие физических и нравственных качеств, но и на развитие речи, которая становится красивой, образной и мелодичной, улучшают эмоциональный настрой игроков. Этому способствуют ритмичность, напевность или характерное скандирование считалок, предшествующих игре:

Катился горох по блюду,

Ты води, а я не буду.

Я куплю себе дуду
И по улице пойду,
Громче, дудочка, дуди:
Мы играем, ты води.

Шла кукушка мимо сети,
А за нею малы, дети,
Кукушата просят пить,
Выходи — тебе водить.

Помимо считалок, существуют и жеребьевки, которые также создают эмоциональное настроение и увлекают самим процессом игры. Они применяются в тех случаях, когда детям необходимоделиться на команды. Например, игроки выбирают путем считалки сначала двух детей, а они, договорившись, кто из них как будет называться, встают в пару и, подняв вверх соединенные руки, образуют воротца. Остальные играющие друг за другом проходят или пробегают в эти воротца. Последнего ворота задерживают: игроки опускают руки и тихо спрашивают:

«Красное яблочко или золотое блюдечко?»),

«Ниточка или иголочка?»)

Играющий встает позади того, кого выбрал. Таким способом все дети делятся на две команды, и начинается игра.

В некоторых народных играх перед их началом применяются забавные певалки. Например, выбирая водящего, все играющие садятся в круг и нараспев говорят:

Кто засмеется,
Губа задерется.
Раз, два, три, четыре, пять,
С этих пор молчать!

Все стараются не проронить ни слова и не засмеяться. Самый выдержанный из детей становится водящим.

Певалки имеют место и в самом содержании народных игр. Например, в игре «Мышь и угол» водящий подходит к кому-либо из стоящих в «уголке» (очерченном на земле круге) и говорит:

Мышка, мышка,
Продай уголок

За шильце,
За мыльце,
За белое полотенце,
За зеркальце!

После этих слов все играющие меняются уголками (перебегают), а водящий старается занять свободный уголок.

Основным условием успешного внедрения народных игр в жизнь дошкольников всегда было и остается глубокое знание и свободное владение обширным игровым репертуаром, а также методикой педагогического руководства. Воспитатель, творчески используя игру как эмоционально-образное средство влияния на детей, пробуждает у них интерес, воображение, добиваясь активного выполнения игровых действий.

В ходе игры педагог привлекает внимание ребят к ее содержанию, следит за точностью движений, которые должны соответствовать правилам, за дозировкой физической нагрузки, делает краткие указания, поддерживает и регулирует эмоционально-положительное настроение и взаимоотношения играющих, приучает их ловко и стремительно действовать в создавшейся игровой ситуации, оказывать товарищескую поддержку, добиваясь достижения общей цели и при этом испытывать радость. Одним словом, задача педагога заключается в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовольствием играть.

Объясняя новую народную игру, в которой есть зачин (считалка, певалка или жеребьевка), взрослому не следует предварительно разучивать с детьми текст, его желательно ввести в ход игры неожиданно. Такой прием 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. Объяснение новой игры может проходить по-разному, в зависимости от ее вида и содержания. Так, несюжетная игра объясняется кратко, лаконично, эмоционально-выразительно. Воспитатель дает представление о ее содержании, последовательности игровых действий, расположении игроков и атрибутов, правилах игры. Он может задать Один-два уточняющих вопроса, чтобы убедиться, что ребята поняли его правильно. Основная часть времени

предоставляется конкретным игровым действиям детей. В конце игры следует положительно оценить поступки тех ребят, кто проявил определенные качества: смелость, ловкость, выдержку, товарищескую взаимопомощь.

Сюжетную народную игру тоже можно объяснять по-разному. Например, воспитатель предварительно рассказывает о жизни того народа, в чью игру им предстоит играть, показывает иллюстрации, предметы быта и искусства, заинтересовывает национальными обычаями, фольклором. Или можно образно, но кратко рассказать о сюжете игры, пояснить роль водящего, дать прослушать диалог, если он имеется и перейти к распределению ролей, которое, помимо применения считалок, проходит иногда путем назначения водящего в соответствии с педагогическими задачами (поощрить и активизировать застенчивого ребенка или, наоборот, показать на примере активного, как важно быть смелым и ловким; отклонить просьбу самоуверенного ребенка и включиться в игру самому воспитателю с целью показать ответственность роли водящего, от действий которого зависит, например, правильность ориентировки в пространстве всех остальных игроков).

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 решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, т.е. дошкольники приобретают важные качества, необходимые им в будущей жизни

Условия проведения подвижных игр.

Народные подвижные игры можно проводить на прогулке, включать в непосредственно образовательную деятельность по физической культуре, в развлечениях, физкультминутках. Подвижные игры обеспечивают психологическую разрядку, восстанавливают душевное равновесие, избавляют от трансформации негативных эмоций на собственный организм.

Благодаря знакомству с народными играми, мы сохраняем свои традиции, передаём их будущему поколению, тем самым обеспечиваем духовное здоровье наших детей. У детей появляется прекрасная возможность, играя, приобщиться к здоровому образу жизни, прикоснуться к особенностям жизни, истории, обычаям русского народа, познать радость общения со сверстниками и взрослыми.

Для этого в группе, в детском саду созданы все условия: развивающая двигательльно-оздоровительная среда (спортивный зал, спортивные площадки, участок для прогулок). В группе спортивный уголок с оборудованием, уголок народно – прикладного искусства, картотека народных игр.

Народная игра в жизни детского сада.

Народные подвижные игры используются в повседневной деятельности в утренней зарядке, физической культуре, музыкальных занятиях, ритмике оздоровительных прогулках разной направленности. В народные подвижные игры дети играют круглый год: во время проведения «Дней здоровья», каждый день на прогулках, во время проведения праздников, досугов, посиделок, народных праздников («Масленица», «Колядки» и др.).

Человек родился, новый росток проклюнулся. Сколько тепла, света, животворящей влаги надо, чтобы выросла крепкая поросль! Вот поэтому и хочется, чтобы народные подвижные игры запомнились на всю жизнь, оставив в памяти ощущение чего-то приятного и светлого. Необходимо привлекать в народную игру и взрослых: мам и пап, бабушек и дедушек. Тогда не прервётся связь между поколениями и игры, в которые играли бабушки и дедушки перейдут к мамам и папам, а от них – к детям. И тогда ещё не одно десятилетие будут звучать во дворах «Стой, олень» или «У медведя во бору».