Муниципальное автономное дошкольное учреждение

Детский сад № 111 «Дашенька»

**Физическое развитие средствами народной игровой культуры ДОУ в соответствии с ФГОС ДО (региональный компонент)**

Выполнила: Маслова В.С.

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

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.

Народная игра-естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры-наиболее универсальная, естественная, традиционная форма взаимодействия детей, которая осуществлялась одновременно в трех аспектах:

1. Речевого (словесного) общения.

2. Ритмического или мелодического выражения.

3. Совместных движениях и действиях.

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.

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.

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.

Правила в играх определяются самими участниками в зависимости от условий, в которых проводятся игры.

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.

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

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).

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

Огромную роль в воспитании любви к родному краю, в формировании уважения к обычаям и традициям своего народа, в воспитании национального самосознания играют национальные народные игры.

Физические упражнения и традиционные игры, которые вошли в культурные традиции бурятского народа, динамично развиваясь, изменялись в соответствии с материальными условиями социума. Производственные отношения с формами и видами деятельности существенно влияли на их уровень. Известно, что у бурят, как и у других народностей, преобладали народные игры состязательного характера. Примеры этому можно найти в многочисленных письменных и археологических памятниках, также в народных сказаниях, преданиях и т. д. Они всегда славились азартом, так как во время состязаний игроки проверяли не только силу и выносливость, но и смекалку и ум. У бурят физическое воспитание детей было непосредственно связано с нравственным, трудовым воспитанием молодежи. Детей буряты достаточно с раннего возраста приучали к самостоятельности, прививали любовь и уважение к народным обычаям, это способствовало выработке бережного отношения к окружающему миру, обычаям бурятского народа. Тем самым подрастающее поколение развивалось, укреплялись физические возможности, двигательные навыки. Этот богатый опыт физического воспитания, его методы и формы передавались из поколения в поколение. Следует отметить, что традиционное физическое воспитание передавалось по определенным правилам. Сначала передача опыта осуществлялось на уровне семьи, а затем в коллективе, где наставники готовили молодежь к трудовой деятельности. Родители стремились вырастить своих детей физически развитыми, здоровыми, способными к труду, охоте, скотоводству, к защите родного очага. Также активно используя в воспитании элементы бурятского фольклора такие, как сказки, загадки, игры, родители развивали умственные способности своих детей. Обширный материал о традиционном физическом воспитании представлен в произведениях устного народного творчества (мифах, преданиях, легендах и др.). В них отражены реалии исторического прошлого народа, их трудового опыта, образно освещается происходившие некогда события. Устное народное творчество бурят зарождалось в колыбели семьи и воспитывало у подрастающего поколения любовь к традициям и обычаям народа, прививало любовь к труду и уважение к старшим. В легендах и преданиях часто встречаются описания многих средств и методов физической подготовки их главных героев. Воины, защитники рода и племени, с момента рождения проходили суровую школу разностороннего физического, психического, морально-волевого развития. Они выдерживали испытания в выносливости, смелости, решительности, храбрости. Эти испытания всегда были сложными, они должны были уметь ловить стрелы на лету, отбиваться от меча, поднимать и нести тяжелые предметы, быстро бегать, метко стрелять, владеть в совершенстве навыками верховой езды и т.д. Исследования материалов устного народного творчества (сказки, легенды, предания и т.д.) показывают, что физическое воспитание у бурят решало основные задачи укрепления здоровья, всестороннего физического развития, дальнейшего совершенствования сформированных физических навыков и умений для ведения традиционного хозяйства, привития таких качеств, как сила, быстрота, выносливость, гибкость и т.д.), а также любознательности, рассудительности, умственной способности, храбрости, решительности. Традиционное физическое воспитание играло важную роль в приспособлении подрастающего поколения к суровым климатическим условиям Сибири, в приучении к основным видам деятельности, это скотоводство и охота. В этнопедагогике бурят важная роль отводилась детской игре, отражающей быт, культуру и представления о физическом совершенстве. Начальная трудовая деятельность и жизненная подготовка детей бурят большей частью была представлена народными играми, связанными с производственными, бытовыми и спортивно-состязательными сюжетами. В настоящее время на примере собранных игр и состязаний различного направления (беговые, прыжковые, силовые, интеллектуальные и др.) показаны все имеющиеся средства разносторонней физической подготовки, развития у детей художественно-эстетического вкуса, жизненной сноровки. Детские игры бурят многовариантны, универсальны, отличаются комплексностью. В основном игры созданы и придуманы самими детьми или подсказаны их родителями. Они всегда учитывали интересы своих детей. В процессе игры дети копировали и повторяли каждодневную деятельность старших, тем самым родители готовили своих детей к взрослой профессиональной деятельности. В истории возникновения физических упражнений, игр и состязаний первостепенную по важности роль сыграла охота. «Охотники, наблюдая за движениями и играми животных и птиц, а также их соперничеством при схватках, стали подражать и воспринимать их действия для охотничьих целей и удовлетворения своих физических и эстетических потребностей. Затем, реализуя потребность в зрелищах, стали устраивать состязания, соревнования, чтобы помериться на них своими силами». Суровые условия жизни требовали, чтобы буряты проявляли серьезную заботу о подготовке детей к суровым условиям Сибири. Поэтому и возникли у бурятского народа самобытные игры, подражающие животных и птиц. Они проводились после удачной облавной охоты. Н. М. Хангалов выделяет «хор наадан» - глухариную, «баабгайн наадан» - медвежью, «шоно наадан» - волчью и «тэхэ наадан» - козлиную игры. Встречались и другие традиционные игры бурят, где дети изображали охоту. «Наиболее древней хороводной игрой, как указывает И. Е. Тугутов, являлся «ягшаа наадан» (медвежья пляска). Она наиболее ярко отражала охотничий быт бурятских племен» . Все эти и другие игры отражали общественный строй, социально-экономический уклад бурят. По мнению Н.Е. Тугутова, «бытовали у бурят и другие игры: «Ботогон буурашалга» (Кошки и мышки), «Горшоог шоохо» (Игра в горшки), «Малгай шапга» (Игра в шапки), «Шүбгэ шэлгэ» (Игра в поиск шила и ножниц), «Тарбага шалга» (Ловля тарбаганов), «Шуур шэдэхэ» (Бросание ложки-шуур) и т.д.». Одной из самых популярных самобытных игр бурятского народа является «шагай наадан» (игра в лодыжки). Они проводились в основном в форме групповой состязательной игры, участвовали в них больше всего дети подросткового возраста. Каждая игра отличалась от другой по смысловой нагрузке, которая участвует в развитии логики, мышления, скорости и быстроты реакции. Существовали у бурят и игры с орудиями метания. Так, например, самой популярной игрой среди подростков была игра «Баабхи шэдэлгэн» (Метание бабок). Также дети младшего возраста и подростки активно играли в подвижные игры, как «Гараараа гүйхэ» (Бега на руках), «Сахада бэеэ татаха» (Подтягивание), «Хорёо, хаамжа харайха» (Прыжки через изгородь), «Дохоншоохо» (Прыжки на одной ноге). Дети состязались в прыжках в высоту возле изгороди. Например, они прыгали через изгородь, калитку. Такие игры развивали не только мыщцы тела, но и мускулатуру рук и ног, улучшали координацию движений, прыгучесть. К народным играм бурят относятся также игры с мячом, такие как «Буха туулга» (Гонять быка), «Бумбэгэ шэдэлгэ» (Бросание мяча). Эти игры могли играть не только дети, но и взрослая молодежь. Эти игры развивали в основном мускулатуру рук, ног и плечевого пояса, а также вырабатывали координацию, ловкость. Одна из самых популярных игр у бурят – это "hээр шаалган" (Разбивание хребтовой кости), которая является древней бурят-монгольской традиционной игрой. Эта игра была популярна у скотоводов и кочевников. Во время забоев у скота доставали кость. Эта игра носила глубинный характер и смысл. Умение разбивать кость, характер, глубина, мужской стержень - все это проявлялось в игре. К традиционным играм бурят также относятся шахматы («шатар») и шашки («даам»). Буряты имеют много самобытных игр и физических упражнений. Количество их достигает несколько десятков. Но самыми интересными и популярными состязаниями у бурятского народа являются борьба («бухэ барилдаан»), стрельба из лука («hур харбалга») и конные скачки («мори урилдаан»). В историю они вошли под названием «сурхарбан», что в переводе означает «соревнование по стрельбе из лука». Но это понятие имеет более широкое значение. Эти состязания по-другому называются «Эрын гурбан наадан» (Три игры мужей). Данное троеборье выявляет всестороннюю подготовленность и определяет самых сильных «баторов» (борцов), «мэргэнов» (стрелков) и «хүлэков» (наездников). В связи с развитием общества борьба, стрельба из лука и конные скачки стали традиционными бурятскими национальными видами спорта. Следует отметить, что буряты очень четко знали систему нормирования физической нагрузки с учетом возраста, физической подготовленности, состояния здоровья. Особенностью её является метод постепенной адаптации организма (тренировки) к физическим нагрузкам. Это глубоко продуманный, выверенный временем тренировочный процесс. Он применяется во всех сферах трудовой деятельности, где выполняются те или иные работы с большой физической нагрузкой в течение продолжительного времени. Большим достижением бурятского народа является возрождение, дальнейшее развитие и использование народных игр и национальных видов спорта в системе физического воспитания молодежи. Этнопедагогика физического воспитания бурятского народа обретает в настоящее время новые формы занятий. Традиционные физические упражнения, народные игры и национальные виды спорта включены в настоящее время в программы по физическому воспитанию молодежи. Это положительно влияет на улучшение физической, психической и морально-волевой подготовки детей, возрождая и развивая обычаи и традиции бурятского народа. Бурятская борьба и стрельба из лука в настоящее время достаточно эффективно используются на этапе начальной подготовки как дополнительные средства в учебно-тренировочном процессе борцов вольного стиля и лучников. Включенные в учебную программу борьба и стрельба из лука, значительно повышают эмоциональный фон учебных занятий, что в дальнейшем способствует повышению эффективности процесса физического воспитания. Например, занятия бурятской национальной борьбой формируют у молодежи жизненно важные навыки ведения единоборства, необходимые в первую очередь для юношей, будущих защитников Отечества. Как отмечает А. С. Сагалеев, «в процессе занятий бурятской национальной борьбой в наибольшей степени развиваются координационные способности (ловкость), что необходимо учитывать в процессе физического воспитания детей. Тем самым бурятская национальная борьба является таким средством физического воспитания молодежи, благодаря чему обеспечивается более эффективная адаптация человека к экстремальным условиям жизни. Физическое воспитание стало базовым воспитательным и образовательным процессом молодого поколения. Таким образом, физические упражнения и традиционные игры бурятского народа являются эффективными средствами физического воспитания молодежи.