

*Русские народные игры
как средство повышения
двигательной
активности детей
младшего возраста*

2 класс

Воспитатель
Минхаирова Резеда
Мунировна

Актуальность

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

Игры издавна служили средством самопознания, где проявлялись лучшие качества: доброта, благородство, взаимовыручка, самопожертвование ради других.

Русский народ многие процессы своей жизнедеятельности отражал именно через игру.

Именно поэтому народные игры актуальны и интересны и в настоящее время. Преимущество - это включённость в процесс «здесь и сейчас». А ещё в игре хорошо развивается фантазия ребёнка, и он легче приучается к правилам. Играть нужно обязательно!

Проблема

В наш технологический век высокий ритм жизни и изобилие информации во многом вытеснил самую естественную потребность детей – движение, а гиподинамия как известно весьма пагубно влияет на их физическое, физиологическое и что не маловажно психическое состояние



Игра – ведущий вид деятельности

**«Игра – неповторимый,
суверенный мир Детства,
живущий по своим вечным
законам, хранящий
бесценные реликвии
прошлого»**

С.А. Шмаков



Игра – ведущий вид деятельности

Игра — вид деятельности, заключающийся в психологической вовлечённости в некий процесс.

- **В дошкольном возрасте дети играют постоянно - это их естественная потребность, это способ познания окружающего.**



- **Ребёнок постоянно сравнивает свои действия с действиями взрослого. Важно, что возникновение игровых целей возможно только в том случае, если у ребёнка сложился образ взрослого и его действий**
- **У младших школьников еще нет достаточного опыта в самостоятельной организации игр.**



- совокупность двигательных актов.

- одно из необходимых условий поддержания нормального функционального состояния человека, естественная биологическая потребность.

Нормальная жизнедеятельность практически всех систем и функций человека возможна лишь при определённом уровне двигательной активности.

Немного физиологии

Во время движения

1. стимулируются жизненные процессы в клетках, тканях, органах, составляющих различные функциональные системы организма. Повышается обмен веществ и как следствие — кислородный запрос.
2. сердечно-сосудистая система проявляется в снижении темпа склерозирования сосудов, которое обусловлено в определенной степени отложением в их стенках холестерина. Чем выше концентрация холестерина в плазме крови, тем больше опасность развития атеросклероза.

3. формируются условно – рефлекторные связи (основная форма нервной деятельности человека). Системы условных связей, выработанные в раннем и дошкольном возрасте (до 5 лет), особенно прочны и сохраняют свое значение в течение всей жизни.

Русские народные

**«В народных
играх нет и
тени
педагогической
навязчивости,
и вместе с тем
все они вполне
педагогичны»
А. П. Усова**



Значение русских народных игр

1. Русские народные игры для детей ценны в педагогическом отношении. Они оказывают большое влияние на воспитание характера, ума, воли, развивают нравственные чувства, физически укрепляют ребёнка.
2. В этих играх отражается любовь народа к веселью, движениям, удалству. Шутки и юмор характерны для этих игр.

3. Радость движения сочетается в народных играх с духовным обогащением детей.
4. Игры способствуют воспитанию сознательной дисциплины, честности, справедливости, настойчивости в преодолении трудностей.
5. Воспитываются психофизические качества: ловкость, быстрота, выносливость, сила, координация движений, равновесие, умение ориентироваться в пространстве.

ГУСИ-ЛЕБЕДИ

На одном краю площадки обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположной стороне стоит пастух. Сбоку от дома логово, в котором живет волк, остальное место – луг. Выбираются дети, исполняющие роль волка и пастуха, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся и летают.

Пастух: Гуси, гуси!

Гуси: Га-га-га!

Пастух: Есть хотите?

Гуси: Да, да, да!

Пастух: Так летите!

Гуси: Нам нельзя!

Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

Пастух: Так летите как хотите!

Только крылья берегите!

Гуси, расправив крылья, летят, волк, выбежав из логова, старается поймать гусей.

Пойманные гуси идут в логово волка, перебежек подсчитывается количество пойманных волком гусей. Затем выбираются новый волк и пастух. Игра повторяется 2 – 3 раза.



ПЕТУШИНЫЕ БОИ

- . Дети должны в паре, стоя на одной ноге, подпрыгивать, стараясь заставить соперника потерять равновесие и встать на обе ноги. 2. Победит тот, кто дольше продержится на одной ноге. Если играет несколько детей, победит тот, кто продержится дольше всех.

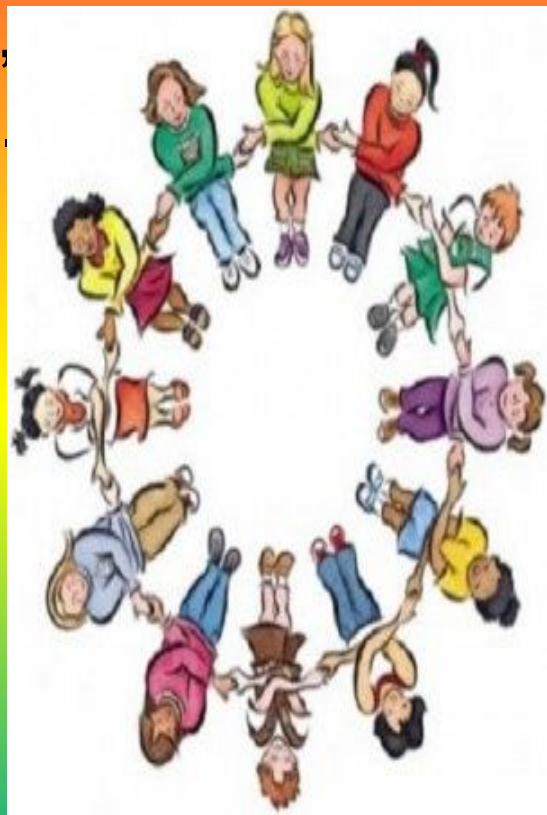


Арина

Дети становятся в круг. В центре Арина, ей завязывают глаза. Дети идут по кругу, поют:

- Долгая Арина,
встань выше овина,
Рученьки сложи, чьё
имя - укажи.

Затем дети бегут.
Кого она поймает -
того
должна узнать.



Спасибо

за
внимание!

