

*Харитоновна Татьяна Алексеевна, инструктор по физической культуре
МБДОУ ЦРР «Кэнчээри»,
с.Ытык-Кюель, Таттинский улус
тел.89627329237,
E-mail: haritonovatanyaalex@mail.ru*

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: в статье рассматриваются вопрос использования национальных игр в процессе физического воспитания в дошкольных учреждениях.

Ключевое слово: здоровья детей, традиции, физические качества, воспитание, национальные игры.

Одним из основных направлений политики образования в Республике Саха (Якутия) является оздоровление и укрепление здоровья детей. Народные игры являются неотъемлемой частью традиционной культуры народа Саха. Им отводилось особое место в повседневной жизни наших предков. И редкие праздники, и отдых после тяжелого трудового дня не обходилось без массовых игр, состязаний в силе и ловкости. Именно в дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для участия человека в различных формах двигательной активности, что в свою очередь создает условия для активного, направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей ребенка. В менталитете и культурных традициях якутов здоровье рассматривается как одна из высших человеческих ценностей. Многообразие этнических традиций физического воспитания позволяло якутам жить в социальной, биологической и природной гармонии в суровых условиях Севера. Ребенку необходимо прививать знания, умения через овладение исконно якутскими играми и

занятиями, сопряженными с трудовой деятельностью якутского народа, и национальные виды спорта.

Мною разработана рабочая программа «Өбүгэ оонньуута», с целью развития физических качеств у детей старшего и подготовительного дошкольного возраста посредством использования якутских национальных игр.

В предлагаемой программе национальные игры квалифицированы по разделам:

- Спортивной оонньуулар (спортивная игра)
- Остуол оонньуулар (настольные игры)
- Хамсаныылаах оонньуу (подвижная игра)
- Күрэхтэһиилээх оонньуу (игры-соревнования).

В кружок принимаются дети, которые имеют высокие спортивные данные, выносливые и дети, имеющие желание и активные (за исключением тех, у которых есть медицинские противопоказания).

Структура занятий включает в себе три основные части:

Подготовительная часть - подготовка организма к предстоящей работе, повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся, умеренное разогревание организма.

Средства основной части кружка: Строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов. Все упражнения выполняется в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности: продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки эту часть отводится примерно 10-15% общего времени кружка.

Основная часть занятия. Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение и совершенствование

движений физических упражнений и элементов народных игр и т.д.

Средства основной части кружка: упражнения на силу и ловкости народных игр, национальные и физические упражнения.

Методические особенности на данную часть кружка отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей.

Заключительная часть занятия. Основные задачи - постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На этой отводится 5-10% общего времени.

Средства основной части кружка: спокойные мало подвижные игры и движение.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у воспитанников чувство удовлетворения желание совершенствоваться. Замечание и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает воспитанникам сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Применение народных средств физического воспитания с учетом индивидуальных особенностей детей в рамках национально-регионального компонента обучения позволяет повысить физическую подготовленность детей дошкольного возраста. Игра - одна из наиболее выигрышных активных форм обучения. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них - это прежде всего двигаться, действовать. Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Они приучаются

согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные правила. Играя, дети, усваивают жизненно необходимые двигательные привычки и умение, в них вырабатывается смелость и воля, сообразительность. Ведь для детей игры – это их непосредственная жизнь, а педагог с помощью игр формирует в них черты характера. С помощью подвижных игр развиваются разнообразные двигательные качества, и прежде всего скорость и ловкость. Одновременно закрепляются и совершенствуются двигательные качества.

На занятиях, при организации игровой деятельности, особое внимание уделяю сложности и разнообразию движений. В них, как правило, могут быть вовлечены все мышечные группы. Это способствует гармоничному развитию опорно-двигательного аппарата.

Главная задача педагога научить детей самостоятельно и с удовольствием играть. 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 нужное решение, т.е. обучающиеся приобретают важные качества, необходимые им в будущей жизни. В двигательной и умственной активности развивает в ребенке воображение и творческие наклонности. Национальные игры состязания, забавы являются увлекательной и полезной формой воспитания, обучения, досуга также отличным способом отвлечения детей от вредных привычек, позволяют адекватно реализовывать свои возможности в различных условиях.

В зависимости от задач и характера игр, их физических и эмоциональных нагрузок, состава воспитанников, стараюсь включать их во все части занятия. В подготовительной части, использую игры небольшой подвижности и сложности, которые оказывают содействие сосредоточенности внимания детей. Наилучшие движения для этих игр являются ходьба, бег, с несколькими дополнительными упражнениями. В основной части использую

игры с бегом на скорость, с преодолением препятствий, метанием, прыжками и другими видами движений, которые требуют большой подвижности. Для повышения интереса к занятиям физическими упражнениями использую различные варианты занятий: традиционные, игровые, сюжетные, занятия тематические с использованием музыкально-ритмических движений, занятия-путешествия.

В заключительной части применяю игры незначительной и средней подвижности с простыми движениями, правилами и организацией. Они оказывают содействие активному отдыху после интенсивной нагрузки в основной части и завершению его с хорошим расположением духа. В ходе игры слежу за точностью движений, которые должны соответствовать правилам. За дозировкой физической нагрузки, делаю краткие указания, поддерживаю и регулирую эмоционально-положительное настроение и взаимоотношение.

Правильный подбор игры соответственно возрасту, теме занятия, индивидуальным особенностям воспитанников способствует активизации и привитию интереса к физической культуре. Всё это создает комфортную, благоприятную обстановку на занятиях, а это является элементами здоровьесберегающих технологий.

Необходимые формы по организации физического развития по углубленной работы «Өбүгэ оонньуута»: использование музыкального сопровождения; использование спортивного инвентаря, в том числе и с региональным компонентом; использование ИКТ (слайдовые презентации).

Эффективность кружка оценивается руководителем в соответствии с учебной программой, исходя из этого, освоил ли дошкольник за учебный год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка детьми национальных движений позволяет педагогу оценить, насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения. Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, которой проявляется в регулярном посещении занятий каждый

дошкольником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются руководителем и позволяет ему корректировать свою работу. успех обучения характеризуется участием ребят в спортивных соревнованиях, спартакиадах, где они могут показать уровень профессиональной подготовленности.

Таким образом, только целенаправленное и последовательное, комплексное применение всех средств, форм и методов физкультурно-оздоровительных мероприятий с учетом национальных особенностей и традиций воспитания являются гарантом успешного разрешения проблем учебно-воспитательного характера и творческого подхода к делу воспитания здорового поколения.

Использованная литература:

1. Алаас, Е.В. Народная азбука физического воспитания дошкольников Республики Саха (Я) / Е.В. Алаас, А.В. Анохина, Ю.П. Баишев. –Якутск: Сахаполиграфиздат, 2002. -72с.
2. Неустроев, Н.Д. Этнопедагогика народов Севера / Н.Д. Неустроев. – Якутск: изд-во ЯГУ, 1999. – 136 с.
3. Попова Г.С. Воспитание детей у народа саха / Г.С. Попова. - Якутск: Бичик, 1998. – 78 с.
4. Федоров, А.С. Саха төрүт оонньуулар / А.С. Федоров. - Якутск: Бичик, 2011. -96 с.
5. Шамаев, Н.К. Семейное физическое воспитание на национальных традициях / Н.К. Шамаев. - Якутск: Бичик, 2003. -96 с.