

Роль национальных игр «Бэргэн» в физическом воспитании детей дошкольного возраста.

Васильев Виктор Николаевич,
инструктор по физической культуре,
МБДОУ « Детский сад №19« Мичил»
с.Борогонцы» МР Усть-Алданский район(улус)

Основные функции дошкольного образовательного учреждения по реализации регионального компонента: обеспечение развития личности в контексте современной детской субкультуры, достижение ребенком уровня психофизического и социального развития для успешного познания окружающего мира через игровую деятельность включение в систематическую учебную деятельность в детском саду. Именно в дошкольном возрасте закладывается, укрепляются 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.

Цель: Развитие физических качеств и нравственное воспитание детей дошкольного возраста.

Задачи:

- Формировать правильное отношение детей к физкультурным занятиям, мероприятиям.
- Формировать на доступном уровне необходимые знания в области гигиены, физической культуры.
- Формировать у детей этнокультурные представления.

Климатические условия Республики Саха Якутия имеют свои особенности: морозная погода и недостаточное количество солнечных дней. Исходя из этого, в каждой возрастной группе проводится 1 занятия в неделю, в виде национального компонента по физической культуре, **организовал и внедрил программу «Игры «Бэргэн»» (национальные игры) (саха омук төрүт оонньуулар), «Игровой стретчинг» для детей.** В холодное время года (при благоприятных погодных условиях) удлиняется пребывание детей на открытом воздухе. В теплое время года - жизнедеятельность детей, организуется на открытом воздухе. В режим дня каждой возрастной группы включены оздоровительные гимнастики: гимнастика для глаз, бодрящая гимнастика после сна, динамические паузы, упражнения для профилактики плоскостопия, дыхательная гимнастика, хождение по ребристым дорожкам. Планово в МБДОУ проводятся спортивные праздники и развлечения с участием родителей. Содержание образовательной работы в такие дни направлено на формирование основ культуры здоровья у дошкольников.

Игры предков являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку находчивость, волю, стремление к победе.

Такие игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное

отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

Разработал и внедрил программу по физкультурному занятию «Бэргэн оонньуута» (Вариативная часть) Требования к содержанию занятий дошкольников по программе «Бэргэн оонньуута»:

1. Интеграция ценностей физической культуры и игр, состязаний народа Саха.
2. Работа проводится в 1 раз в неделю с детьми 2-7 лет, продолжительность 15-30 минут.
3. Формы проведения занятий: стабильный комплекс, импровизация.
4. Методы организации занимающихся: групповые и индивидуальный.

В предлагаемой программе национальные средства физкультурного воспитания квалифицированы по разделам:

1. Хамымы (ходьба). 2. Сүүрүү (бег). 3. Ыстаныны (прыжки). 4. Эти-сиини сайыннарар сүрүн эрчиллиилэр (ОРУ). 5. Хамсанылаах оонньуу (подвижная игра). 6. Спортивной оонньуулар (спортивная игра). 7.

Курэхтэһиилээх оонньуу (игры-соревнования).

Ходьба (хаамы)

Ходьба – это естественный способ передвижения человека. В ходьбе принимают участие крупные группы мышц. Сокращение их чередуется с расслаблением. Это создает благоприятные условия для развития сердечно-сосудистой и дыхательной систем, делает работу организма более экономичной, позволяет ходить без напряжения и утомления.

1. Разные виды ходьбы осуохайа (хатыһа хаамы, дэгэрэн хаамы и т.д.).
2. Имитация ходьбы животных (туруйа хаамыта, таба хаамыта, тыа мааны кыыла саһыл и др.).
3. Ходьба с заданиями (импровизация): тонгуу хаарынан хаамы, булчут кыылы көрдүүр и др.).

Бег (Сүүрүү)

Бег-более быстрый способ передвижения и более эффективно влияет на развитие всех групп эффективно влияет на развитие всех групп мышц, на сердечно-сосудистую, дыхательную и центральную нервную системы. Бег укрепляет мышцы и связки внутренних органов. Он способствует также развитию быстроты, ловкости, глазомера, равновесия и других физических качеств.

1. Имитация животных (кутуйах сүүрүүтэ, ат сүүрүүтэ и т.д.).
2. Элементы танцевальных движений (дьиэрэнкэй, атаһ төбөтүгэр и т.д.).
4. Бег с заданиями (импровизация).

Прыжки (Ыстаныны)

Способствует развитию всех основных групп мышц, связок и суставов. В прыжках с разбега усиливается нагрузка на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, на опорно-двигательный аппарат и позвоночник. Вместе с тем у детей развивается физические качества и координация движений. Прыжки помогают воспитанию смелости, повышают эмоциональное состояние детей.

1. Элементы танцевальных движений (чохчоохой, битийии и т.д.).
2. Имитация животных (куобахтыы ыстаныны, баһалыы ыстаныны и т.д.)
3. Имитация бытовых движений (кылыынкай и т.д.).

Подвижная игра (Хамсанылаах оонньуу)

Подвижная игра-сложная двигательная, эмоционально окрашенная деятельность, обусловленная точно установленными правилами, которые помогают выявить ее конечный итог.

1. Игры для развития координационных способностей:

- халбас харата
- сыал ытыгы (бэргэн булчут).
- 2. Игры для развития скоростных способностей: -Бөтүүктэһии.
- 3. Игры для развития силовых способностей:
 - хорон от үрдүнэн ыстаныны), -Оѳустар киирсиилэрэ), -Күлүүстэһии и т.д.
- 4. Подвижности и ловкости:
 - Сохсо,
 - Ойбонтон уулааһын, -Күрэх и т.д.

Спортивные игры (спортивной күрэх)

Спортивные игры способствуют укреплению опорно-двигательной, сердечно-сосудистой, дыхательной и центральной нервной систем, а также развитию основных физических качеств-ловкости, быстроты, силы, выносливости и др.

1. Прыжки: кубахтааһын, кылыы.
2. Силовые виды: мас тардыһыы, бэгэччиктэһии.
3. Ловкость, подвижность: атаралаһыы.

Игры-соревнования (күрэхтэһиилээх оонньуулар)

Соревновательный метод обладает многими признаками: подчинение всей деятельности задаче победить в том или ином действии в соответствии с заранее установленными правилами; максимальное проявление физических и психических сил в борьбе за первенство, за высокие спортивные достижения, ограниченные возможности в управлении детьми, в регулировании и нагрузке.

1. Ат сүүрдүүтэ.
2. Халбас харата
3. Бөтүүктэһии и т.д

2. Организация и проведения активного отдыха обучающихся воспитанников с участием педагогических работников и родителей в режиме учебного и внеучебного времени образовательного учреждения (физкультурно – спортивные праздники соревнования, дни здоровья, и другие мероприятия оздоровительного характера

Целью нашей физкультурно–оздоровительной работы является проведение углубленной работы по профилактике и оздоровлению детей, создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребенка к жизни в современном обществе

Основные виды деятельности: традиционные события, праздники, мероприятия

Месяц	Содержание работы	Форма работы	Практические результаты
Сентябрь	1.«Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста» 2.Проведение диагностики физического развития детей.	1 . Подбор Мониторинг	1. Консультация для воспитателей «Взаимодействие инструктора с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей» 2. Консультация для родителей «Развитие основных движений в различных возрастных группах». 3. Анализ результатов диагностики.

Октябрь	<p>1.Создание условий для обучения основным видам движений: основные требования</p> <p>2.Физкультурно-спортивный праздник, посвящённый Дню семьи «Папа, мама, я – спортивная семья». «Мама и я – спортсмены!».</p>	<p>1. Подбор и литература</p> <p>2. Создать передвижку родителей.</p> <p>3. Разработка спортивного развлечения</p>	<p>1. Выступление на педагогическом совете на тему «Вариативность физкультурно-игровой среды».</p> <p>2. Спортивное развлечение «Папа, мама, я – спортивная семья». «Мама и я – спортсмены!».</p>
Ноябрь	<p>1. "Физическое развитие вашего ребенка" анкетирование родителей.</p> <p>2.Провести праздничное развлечение «Баай Байанай - оонньуута», соревнование для мальчиков</p> <p>3.Развлечение «День солидарности!», «Игры народов мира!»</p>	<p>1.Разработать анкету для родителей.</p> <p>2. Изучение литературы и интернет-ресурсов по данному вопросу</p> <p>3. Разработка упражнений к мероприятию с участием детей и родителей.</p>	<p>1. Анализ результатов анкетирования.</p> <p>2. Консультация для родителей «Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья».</p> <p>3. Участие в соревновании «Папа, мама, я – спортивная семья».</p> <p>4. Соревнование для мальчиков</p> <p>5. Участие в соревновании «Тамаллаайы Бэргэн!»</p>
Декабрь	<p>1. Особенности содержания и организации физических упражнений и игр.</p> <p>2. Занятия физкультурой для ослабленных детей. Развлечение «Зеленый огонек».</p>	<p>1. Подбор и изучение литературы Написать сообщение по теме "Особенный ребенок и специфика проведения физкультурных занятий с ним".</p>	<p>1. Консультация для воспитателей «Особенный ребенок и специфика проведения физкультурных занятий с ним».</p> <p>2.</p>
Январь	<p>1. Условия, способствующие реализации потребности детей в движении.</p> <p>2. Зимние физкультурные развлечения «Танха оонньуулар». Спортивный досуг «Игры предков».</p>	<p>1. Подбор и изучение литературы, подготовка к выступлению на улусном МО инструкторов по физ.воспитанию</p> <p>2. Разработка наглядного пособия "НОД".</p> <p>3. Подготовка сценария к спортивному развлечению</p>	<p>1. Консультации для родителей в папке-передвижке «Өбүгэлэрбит оонньуулар».</p> <p>2. Консультация для воспитателей «Өбүгэлэрбит оонньуулар».</p> <p>3. Спортивный праздник «Игры предков».</p>
Февраль	<p>1. Обучение основным движениям 2. "23 февраля"- спортивно развлекательное мероприятие. Конкурс - соревнование «Үрүг</p>	<p>1. Подбор и изучение литературы Написать сообщение по теме 2. Оформить папкупередвижку</p>	<p>1. Мастер класс по развитию ОД на улусном МО инструкторов по физ. воспитанию.</p> <p>2. Консультация для воспитателей "Виды основных движений".</p>

	Уолан!». «Бэргэн – оонньуулар!»	3.Разработка сценария спортивного развлечения «Бэргэн – оонньуулар!»	3. Совместное развлечение для детей и родителей «Бэргэн оонньуулар».
Март	1. «Роль воспитателя в физическом воспитании на занятиях и в самостоятельной деятельности». 2. «Недостаток движения и гиподинамия». 3. Спортивный досуг к Международному женскому дню 8 Марта. Конкурс – соревнование для девочек «Волшебная скакалка».	1.Изучить публикации, используя интернетресурсы, решить вопрос по теме на форуме коллег. 2.Подготовка сообщения 3. Разработка сценария спортивного развлечения «Волшебная скакалка».	1. Выступление на педагогическом совещании с теоретическим сообщением по изученной теме. 2. Консультация для родителей "Чем опасен недостаток движения". 3. Спортивное развлечение . Конкурс – соревнование для девочек «Волшебная скакалка».
Апрель	1. Игровые упражнения с мячом как средство развития ручной ловкости детей старшего дошкольного возраста 2. Анкетирование родителей	1. Подбор и изучение литературы Написать статью «Организация оздоровительной и тренирующей деятельности дошкольников» 2. Разработать анкету для родителей. 3. Подготовка к проведению соревнования «Дьулуур - ступенка к успеху!»	1. Публикация статьи «Организация оздоровительной и тренирующей деятельности дошкольников». 2. Обработка результатов анкетирования 3. Итоговое выступление на родительском собрании по результатам анкетирования
Май	1. «Развитие ОВД у детей дошкольного возраста в соответствии с ФГОС» 2. Проведение мониторинга развития основных движений детей дошкольного возраста. 3. Развлечение, посвящённое Дню защиты детей. «Ыһых оонньуута».	1. Разработать мониторинг развития основных движений детей в соответствии с ФГОС к структуре Основной общеобразовательной программы дошкольного образования. 2. Провести диагностику. 3. Изучение литературы и интернет ресурсов	1. Анализ результатов мониторинга. 2. Выступление на педсовете «Результаты проделанной физкультурно-оздоровительной работы за год». 3. Консультация для родителей "Спорт и здоровье вашего ребенка"