Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни через русские народные подвижные игры

Подготовила: Гладкая Ирина Николаевна

Инструктор по физической культуре

МБДОУ ясли-сад «Подснежник»

Одной из форм организации оздоровительной работы, приобщения к ЗОЖ являются русские народные подвижные игры.

Подвижные игры - это естественная форма физических упражнений детей, соответствующая их анатомическим и психологическим особенностям.

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

Задачи:

- Формирование основ здорового образа жизни;
- развитие двигательных способностей, умений и навыков при помощи русской народной подвижной игры;
- развивать интерес и расширять круг представлений о разнообразии русских народных подвижных игр;
- познакомить детей с правилами русской народной подвижной игры, формированием умения чётко выполнять их, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность;
- формировать у детей чувство причастности к истории, культуре, традициям русского народа, используя русскую народную подвижную игру;
- создавать условия для формирования взаимоотношений детей со сверстниками и взрослыми, проявление сопереживания, взаимопомощи.

Методы обучения русской народной подвижной игры:

- - словесный;
- - наглядный;
- - практический;
- - соревновательный

Игры можно разделить на группы, сходные по определенным признакам:

К подвижным (спортивным) играм относятся игры:

«Горелки», «Ловишки», «Прятки», «Звонари», «Бубен» и др.

Обрядовые (календарные).

К ним относятся игры: «Кукушечка», «Ручеёк», «Гори, гори ясно», «Солнышко», «Кострома» и др.

По отношению к природе. Это игры: «Сорока», «У медведя во бору», «Заинька», «Паучок», «Ворон», «Олень» и др.

Трудовые (бытовые) игры («Горшок», «Каравай», «Я весёлая ткачиха, «Клубочек», «Баба сеяла горох», «Мельница», Кострома»
и др.)

<u>Игры с ведущим (водящим</u>) - «Звонари», «Отгадай, чей голосок», «Море волнуется», «Сижу на камушке», «Заря - Заряница».

Игры по сезону- «Снеговик», «Русская метла», «Дударь»,»Золотые ворота» и др.

- **Таким образом, народные подвижные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе физическое и духовное здоровье.**

Благодарю за внимание!