Филиал «Звездный» муниципального бюджетного
дошкольного образовательного учреждения
детского сада № 101 города Пензы «Радужный»

Сценарий
проведения мастер- класса для педагогов
на тему

«Народные подвижные игры
как средство повышения двигательной активности
детей дошкольного возраста»

Подготовила: Папшева Т.В.
воспитатель

Цель: повысить профессиональную компетентность коллег в вопросах внедрения народных подвижных игр как средства повышения двигательной активности детей дошкольного возраста, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей.

Задачи:
- систематизировать знания участников мастера – класса по теме.
- внедрить в режим двигательной активности новые народные подвижные игры и упражнения.

Оборудование: мультимедийный проектор, презентация, карточки с названием и описанием народных подвижных игр, атрибуты к играм - платочек, мяч, карточки со словами игр.

Ход мастер-класса.

Участники мастер – класса приглашаются занять свои места.
- Здравствуйте, уважаемые коллеги! Хочу представиться: воспитатель филиала МБДОУ детского сада №101 – Папшева Татьяна Владимировна.
- Скажите громко и хором, друзья, деток вы любите?
- Пришли вы учиться, иль сил совсем нет?
- Вам лекции хочется слушать здесь?
- Я вас понимаю…. Как быть господа?
Проблемы детей решать нужно нам?
- Дайте мне тогда ответ, помочь откажетесь мне?
- Последний вопрос, ответьте, друзья активными будете?

Сегодня мастер - класс будет посвящен народным подвижным играм и их значению в приобщении к здоровому образу жизни дошкольников.

Цель: повысить профессиональную компетентность коллег в вопросах внедрения народных подвижных игр как средства повышения двигательной активности детей дошкольного возраста, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей.

Задачи:
- систематизировать знания участников мастера – класса по теме;
- внедрить в режим двигательной активности новые народные подвижные игры и упражнения.

Как показывает статистика, наблюдается ухудшение здоровья дошкольников. Среди множества причин называют снижение двигательной активности. Проведенные исследования установили, что современные дети много времени уделяют компьютерным играм. А как мы знаем, долгое проведение за монитором компьютера ухудшает осанку, зрение, нервную систему детей. Недостаток движения у дошкольников приводит к потере здоровья.

Сначала я хочу рассказать Вам одну притчу.

Давным - давно, на горе Олимп жили - были боги.

Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля.

Стали думать: каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным».

А один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам».

И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье.

Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А самый мудрый из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека! Пусть он его поищет».

Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье.

Только вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!

Помочь ребёнку найти этот дар, сохранить и укрепить должен воспитатель! И слова В. А. Сухомлинского актуальны сегодня как никогда:

«Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь и мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

Здоровье всегда считалось одной из высших ценностей человека, основой
активной творческой жизни. Крепкое здоровье необходимо педагогу, потому что от него в огромной степени зависит здоровье подрастающего поколения.

Уважаемые коллеги! Я предлагаю вам встать в круг, передавая мячик, друг другу, поделитесь секретами сохранения и укрепления своего здоровья. (*Участники мастер – класса выполняют задание)*

А теперь расскажите, как вы заботитесь о здоровье своих воспитанников? *(Участники мастер – класса выполняют задание)*

Подвижные игры просто необходимы детям дошкольного возраста – они развивают координацию, благотворно влияя на вестибулярный аппарат, стимулируют кровообращение, укрепляя сердечно - сосудистую систему, способствуют формированию правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям.

Кто не помнит неизменных пряток, ловишек, салочек! Когда они возникли? Кто придумал эти игры?

На этот вопрос только один ответ: они созданы народом, так же как сказки и песни.

Народные подвижные игры имеют многотысячелетнюю историю: они сохранились до наших дней со времен глубокой старины, передавались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции.

В старые времена на Руси существовало около трех тысяч игр. Даже представить себе это трудно! Но мы, конечно, играем только в те игры,

которые сохранились у различных народов до нашего времени. Дошли, наверное, потому что были самыми интересными, самыми увлекательными.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, волю и стремление к победе.

Можно распределить народные подвижные игры на группы:

1. Народные игры, отражающие отношение человека к природе. Такие игры воспитывают доброе отношение к окружающему миру.
2. Игры, отражающие быт народа, повседневные занятия предков. Эти игры интересны тем, что в них нужно проявить смекалку и находчивость.
3. Игры, где есть возможность помериться силой и ловкостью

А сейчас я хочу попросить участников распределить карточки с народными играми по этим группам.

(Участники получают карточки с названием и описанием народных подвижных игр и распределяют по выделенным группам)

А пока участники выполняют задание, уважаемые зрители, хочу с вами поиграть в татарскую народная подвижную игру «Земля, вода, огонь, воздух».

Правила: сначала выбирается ведущий, в руках у него мяч; он бросает мяч кому - нибудь, произнося одно из четырех слов (земля, вода, огонь, воздух). Если ведущий говорит «земля», то тот, кто поймал мяч, должен быстро назвать какое-либо животное; если «вода» — назвать рыбу; «воздух» — птицу; «огонь» — помахать руками. Кто ошибся — выбывает из игры.

Уважаемые коллеги! Я думаю, что вы уже справились с заданием и готовы рассказать, какие игры вы отобрали.

Необходимость приобщения молодого поколения к национальной культуре трактуется народной мудростью: наше сегодня, как некогда наше прошлое, также творит традиции будущего.

Одна из монгольских пословиц гласит: «Хочешь узнать, что за народ живет в стране, взгляни на игры его детей».

Народные подвижные игры включают также образовательные задачи –

- это совершенствование техники выполнения движений,
- формирование осознанного использования приобретённых навыков в различных условиях,
- целенаправленное развитие физических качеств,
- побуждение детей к проявлению морально-волевых качеств,
- развитие самоконтроля и самооценки в процессе организации различных форм двигательной активности,
- поддержка стремления детей к улучшению результатов выполнения физических упражнений.

О важности народных подвижных игр в ДОУ написано много пособий.

Таких авторов, как: Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов СССР», Волошина Л. Н. «Играйте на здоровье. Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет», Адашкявичене Э. И. «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Конторович М. М., Михайлова Л. И. «Подвижные игры в детском саду», Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр для детей от 2 до 7 лет», Лялина Л.А. «Народные игры в детском саду».

Авторы не рекомендуют заниматься спортом для достижения высоких спортивных результатов детей дошкольного возраста. Но элементарные действия, отдельные элементы, которые отражаются в народных подвижных играх, не только возможны, но и целесообразны.

Народные подвижные игры используются мной в первую очередь как средство развития двигательной активности детей.

Двигательная активность дошкольника должна быть целенаправленна и соответствовать его опыту, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма.

Диагностика двигательного развития даёт возможность получить характеристики уровня двигательной активности, состояния развития движений ребёнка, позволяет определить для него "ближайшую зону" формирования жизненно важных двигательных умений и физических качеств.

По уровню подвижности дети дифференцируются в три основные группы:

- оптимально подвижные (ровное покойное поведение.)
- малоподвижные (общая вялость, пассивность, быстрая утомляемость, стараются уйти в сторону, чтобы никому не мешать, выбирают деятельность, не требующую активных движений.
- гиперподвижные (находят возможность двигаться в любых условиях. Движения быстры, резки, бесцельны и легко управляемы, из всех видов движений выбирают бег, прыжки)

В практической деятельности достаточно верное представление о степени подвижности ребёнка мне дает метод наблюдения во время проведения игры. Результаты наблюдения я сравниваю с характеристиками детей разного уровня подвижности.

Именно поэтому я считаю, что благодаря играм развитие двигательной активности идет быстрее.

По определению П. Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждают ребенка к определенным умственным и физическим усилиям.

Методика обучения народным подвижным играм

При проведении народной подвижной игры создаются неограниченные возможности использования разнообразных методов, направленных на формирование личности ребенка. В процессе игры происходит не только

упражнение в уже имеющихся двигательных навыках, их закрепление и совершенствование, но и формирование качеств личности.

Специфика народной подвижной игры состоит в молниеносной, мгновенной ответной реакции ребенка на сигналы «лови!», «беги!» «стой!» и др.

В любой игре есть обязательно водящий или ведущий. На эту роль обычно бывает много желающих, а выбрать нужно одного, иногда двоих, для чего и служат считалки и скороговорки. В практике дошкольного воспитания народные игры встречаются редко т.к. они настолько изменены, что теряют народные традиции (отсутствие зачинов, закличек…)

При проведении игры выделяются следующие алгоритмы методики:

1. Подготовка к игре: выбор места, побор оборудования, инвентаря, атрибутов, разметка площадки и т. д.;
2. Сбор на игру можно объявить зазывалочкой («Собирайся народ – кто в прятки идёт»); привлечь внимание детей интересной игрушкой; показать картинку («Кто на картинке изображён? Кот и мышки. Давайте поиграем в эту игру»); загадать загадку. Сбор на игру длится не более 1,5-2 минут. От педагога требуется находчивость, особенно с малышами;
3. Объяснение игры должно быть коротким, понятным, интересным, эмоциональным с учётом возраста детей. В младшей группе правила объясняются по ходу игры; воспитатель принимает на себя главную роль. В средней и старшей группах объяснение игры выделяется особо, но проводится кратко, конкретно, не более 2 минут;
4. Распределение ролей имеет важное значение для создания интереса и игре. Водящий может назначаться педагогом, но при условии аргументации, понятной детям («У Иры сегодня день рождения, Серёжа давно не был водящим» и др.). Можно роли распределить с помощью считалочки (Считалка – это древнее заклинание, позволяющее распределять трудную и опасную работу между людьми. Позже, когда человеческая жизнь изменилась, считалка перешла в детскую игру. Она помогает выбрать ведущего, распределить роли весело, без обмана и обид.), «волшебной палочки». В старшем дошкольном возрасте я использовала жеребьевки – угады. Например: один из играющих прячет за спиной в руке маленький предмет и говорит: кто угадает, тому водить. Дети могут сами выбирать водящего.
5. В ходе игры необходимо обеспечить выполнение правил, физическую нагрузку, моторную плотность, усвоение движений. Увеличение физической нагрузки может быть обеспечено увеличением расстояний, усложнением правил, включением дополнительных водящих. Продолжительность периодов бега в игре должна увеличиваться постепенно, после пика – снижаться. Моторная плотность в игре должна быть в пределах 50-60%;
6. Окончание игры должно предусматривать подведение итогов, в основном по выполнению правил.

Для младшего возраста я выбираю наиболее простые игры, которые привлекали своей напевностью, эмоциональностью. Это игры с песенным и

стихотворным сопровождением, хороводы. «Зайка беленький сидит», «По ровненькой дорожке», «У медведя во бору».

С детьми старшего дошкольного возраста в процессе ознакомления с народной подвижной игрой, развивала интерес к истории родной страны, народной культуре, фольклору (знакомила с пословицами, поговорками, приметами), а также с календарными народными играми. Это игры посвященные циклам земледельческого календаря. В них заключена информация, дающая представление о повседневной жизни наших предков - их быте, труде, мировоззрении.

Народные подвижные игры я провожу в разных режимных моментах. Подвижные игры обеспечивают психологическую разрядку, восстанавливают душевное равновесие, избавляют от трансформации негативных эмоций на собственный организм.

А сейчас я хочу спросить у вас, какие народные подвижные игры используете в своей работе вы? *(Участники перечисляют игры)*

Вы в основном перечислили русские народные игры. А я хочу вас сегодня познакомить с подвижными играми других народов.

1.*Татарская народная игра «Продаём горшки»*

Играющие разделяются на две группы: дети - горшки и игроки-хозяева горшков. Дети - горшки образуют круг, встав на колени или усевшись на траву. За каждым горшком стоит игрок - хозяин горшка, руки у него за спиной. Водящий стоит за кругом.

Водящий подходит к одному из хозяев горшка и начинает разговор:

Водящий: Эй, дружок, продай горшок!

Хозяин: Покупай!

Водящий: Сколько дать тебе рублей?

Хозяин: Три отдай.

Водящий 3 раза (или столько, за сколько согласился продать горшок его хозяин, но не более трех рублей) касается рукой хозяина, и они начинают бег по кругу навстречу друг другу (круг обегают 3 раза). Кто быстрее добежит до свободного места в кругу, тот занимает это место, а отставший становится водящим.

Правила:

- бегать разрешается только по кругу, не пересекая его;
- бегущие не имеют права задевать других игроков;
- водящий может начинать бег в любом направлении. Если он начал бег влево, запятнанный должен бежать вправо.

2. Удмуртская народная игра «Игра с платочком»

Играющие встают в круг парами, друг за другом. Выбирают двух ведущих, одному из них дают платочек. По сигналу ведущий с платочком убегает, а второй ведущий догоняет его. Игра проходит за кругом. Ведущий с платочком может передать платочек любому играющему, стоящему в паре, и встать на его место. Таким образом, ведущий с платочком меняется.

Правила игры: Играющий убегает только тогда, когда получит платочек. Когда ведущий с платочком пойман, то второму ведущему дается платочек, а

следующий ведущий выбирается из числа детей, стоящих парами. Игра начинается по сигналу.

3. Марийская народная игра «Биляша»

На площадке чертят две линии на расстоянии 3 - 4 м одна от другой. Играющие, разделившись на две команды, становятся за этими линиями лицом друг к другу. Один из играющих по собственному желанию и согласию товарищей с криком «Биляша!» бежит к другой команде, каждый участник которой вытягивает вперед правую руку. Подбежавший берет кого-нибудь из команды соперников за руку и старается перетянуть его через площадку за свою линию. Если ему это удается, то он ставит пленника позади себя. Если же сам окажется за чертой команды противника, то становится ее пленником и располагается за спиной игрока, перетянувшего на свою сторону. Игра продолжается, теперь игрок – нападающего высылает другая команда. Игра заканчивается тогда, когда одна команда перетянет к себе всех игроков другой команды.

Правила игры: Перетягивать соперника можно только одной рукой, помогать другой рукой нельзя. Никто не должен отдергивать вытянутую вперед руку. Если игрока, у которого есть пленник, перетянет на свою сторону игрок противоположной команды, то пленник освобождается и возвращается на свое место.

4. Чувашская народная игра «Голова и хвост»

Игроки встают друг за другом. Первый в колонне игрок – голова, последний – хвост. Голова ловит хвост.

Правила игры. Голова ловит хвост за условленное время, например, за три минуты. Если голова поймает хвост, то последний игрок становится первым. Если голова не поймает хвост, то выбывает из игры. Водящим становится игрок, стоящий в колонне вслед за головой. Игроки в цепочке должны крепко держать друг друга за пояс.

5. Мордовская народная игра «В ключи»

Играющих 5 человек. На земле чертится квадрат, по углам дома садятся четыре играющих, а пятый стоит на середине. Он подходит к одному из сидящих игроков и спрашивает:

Дядя (тётя), у тебя ключи?

Тот отвечает, указывая на соседа:

Вон у дяди (тёти) спроси.

Так водящий обходит всех четверых. Последний ему советует:

Посередине поищи!

Водящий отходит в середину, а в это время остальные вскакивают и меняются местами. Водящий старается быстро занять чьё-либо место, пятый играющий опять остаётся без места. И игра повторяется сначала.

Правила игры. Меняться местами можно лишь тогда, когда ведущий отходит в середину. Уголок занимает тот, кто первым туда попал. Если кто-нибудь не поменяет место, то он становится водящим.

6. Башкирская народная игра «Юрта»

В игре участвуют четыре подгруппы детей, каждая из которых образует круг по углам площадки. В центре каждого круга стоит стул, на котором повешен платок с национальным узором. Взявшись за руки, все идут четырьмя кругами переменным шагом и поют:

«Мы, веселые ребята,
Соберемся все в кружок.
Поиграем, и попляшем,
И помчимся на лужок».

На мелодию без слов ребята переменным шагом перемещаются в общий круг. По окончании музыки они быстро бегут к своим стульям, берут платок и натягивают его над головой в виде шатра (крыши), получается юрта.

Рефлексия

Практическая часть нашего мастер-класса подошла к концу, я хочу предложить Вам игровое упражнение.

Игра с педагогами, ведущий бросает мяч, задавая вопросы участникам.

Мяч участнику – какое сегодня у вас настроение?

Мяч участнику – что для вас было интересным и полезным для самообразования?

Мяч участнику – что нового вы сегодня узнали?

Мяч участнику – тот опыт, который вы сегодня получили, вам пригодится?

Мяч участнику – ваши пожелания?