

**Андреева Ирина Брониславовна,**

воспитатель,

МБДОУ «Детский сад №27 «Рябинка»

г. Новочебоксарска Чувашской республики;

**Васильева Елена Аркадьевна,**

воспитатель,

МБДОУ «Детский сад №27 «Рябинка»

г. Новочебоксарска Чувашской республики

## **НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Аннотация.** В статье анализируется значение народных подвижных игр в системе физического воспитания детей старшего дошкольного возраста для полноценного физического развития дошкольников и формирования физических качеств. В частности, народные подвижные игры и развлечения занимают значительное место в процессе физического воспитания дошкольников как одно из самых эффективных средств гармоничного развития физически здоровой и духовно богатой личности.

**Ключевые слова:** подвижные игры, подвижность, физическое развитие, народные подвижные игры, дети старшего дошкольного возраста.

Физическое развитие имеет особое значение в становлении ценностей здорового образа жизни детей, овладении его элементарными нормами и правилами. Активная физическая деятельность вызывает положительные эмоции, усиливает физиологическую деятельность, улучшают работу всех систем организма. В народной культуре физическое воспитание занимает центральное место. Народные традиции направлены на оптимизацию двигательной активности, формирование активной позиции в выборе образа жизни.

## Образование – территория инноваций

Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, формирование у них потребности в физическом совершенствовании являются приоритетной задачей детских дошкольных учреждений, входит в круг обязанностей каждого воспитателя и родителя (Закон Чувашской республики о физической культуре и спорте).

**Подвижность** — естественная стихия ребенка, в которой он интенсивно осваивает основные движения, являющиеся базой для развития в последующем всех самых тонких и сложных разнообразных движений, порожденных культурой человечества.

**Подвижная игра** - разновидность игровой деятельности, основу которой составляют разнообразные активные движения, двигательные действия, мотивированные сюжетом игры, способствует комплексному совершенствованию и закреплению двигательных навыков, жизненно важных двигательных качеств.

По определению П. Ф. Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждают ребенка к определенным умственным и физическим усилиям. Подвижная игра — незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки...

Чувашские народные игры привлекают внимание многообразием и национальным колоритом, они заключают в себе огромный потенциал для физического развития ребёнка. Но игры развивают не только ловкость, быстроту движений, силу, меткость, также в них отражаются быт, труд, национальные устои, представления о мироздании, времени и пространстве.

### **«Хищник в море» (Çăткăн кайăк тинёсре)**

В игре участвуют до десяти детей. Один из играющих выбирается хищником, остальные — рыбки. Для игры нужна веревка длиной 2— 3 м. На одном конце ее делают петлю и надевают на столбик или колышек. Игрок, выполняющий роль

## Образование – территория инноваций

хищника, берется за свободный конец веревки и бежит по кругу так, чтобы веревка была натянута, а рука с веревкой была на уровне коленей. При приближении веревки детям-рыбкам нужно прыгать через нее. Правила игры. Задетые веревкой рыбки выходят из игры. Ребенок, выполняющий роль хищника, начинает бег по сигналу. Веревка должна быть постоянно натянута.

### «Рыбки» (Пулэ)

На площадке чертят или вытаптывают в снегу две линии на расстоянии 10—15 м друг от друга. По считалке выбирается водящий — акула. Остальные игроки делятся на две команды и становятся лицом друг к другу за противоположными линиями. По сигналу играющие одновременно перебегают с одной черты на другую. В это время акула салит перебегающих. Объявляется счет осаленных из каждой команды. Правила игры. Перебежка начинается по сигналу. Проигрывает команда, в которой осалено условленное число игроков, например, пять. Осаленные не выбывают из игры.

### «Лошадки» (Лашасем)

Один из игроков выбирается покупателем, остальные делятся на лошадок и хозяев. Хозяева подходят к лошадкам и спрашивают: «Кто хочет быть моей лошадкой?» Лошадки выбирают хозяина. Потом игроки встают парами в круг, хозяин стоит за лошадкой. Покупатель подходит к одному из хозяев и торгуется: -Лошадь продается?

-Продается!

-Сколько стоит?

-Триста рублей.

И три копейки не дам.

Покупатель и хозяин бегут по кругу навстречу друг другу. Игрок, пробежавший до лошадки первым, становится ее хозяином.

Правила игры. В игре могут быть два и более покупателя, действующих одновременно. Если покупатель пробежит до лошади первым, то меняется

## Образование – территория инноваций

ролями с хозяином.

**«Луна или солнце»** (Уйӕхпа хӕвел).

Выбирают двух игроков, которые будут капитанами. Они договариваются между собой, кто из них луна, а кто солнце. К ним по одному подходят остальные, стоящие до этого в стороне. Тихо, чтобы другие не слышали, каждый говорит, что он выбирает: луну или солнце. Ему так же тихо говорят, в чью команду он должен встать. Так все делятся на две команды, которые выстраиваются в колонны — игроки за своим капитаном, обхватив стоящего впереди за талию. Команды перетягивают друг друга через черту между ними. Перетягивание проходит весело, эмоционально даже тогда, когда команды оказываются неравными. Правила игры. Проигравшей считается команда, капитан которой переступил черту при перетягивании.

**«Расходитесь!»** (Сирӕлӕр!)

Играющие становятся в круг и берутся за руки. Они идут по кругу под слова одной из своих любимых песен. Водящий стоит в центре круга. Неожиданно он говорит: «Расходитесь!» — и после этого бежит ловить разбегающихся игроков. Правила игры. Водящий может сделать определенное количество шагов (по договоренности в зависимости от величины круга обычно три — пять шагов). Осаленный становится водящим. Бежать можно только после слова расходитесь.

**«Летучая мышь»** (Ҫара ҫерҫи)

Сбивают или связывают накрест две тонкие планочки или щепочки. Получается вертушка — летучая мышь. Игроки делятся на две команды и выбирают капитанов. Капитаны становятся в центре большой площадки, остальные — вокруг них. Один из капитанов первым кидает летучую мышь высоко вверх. Все остальные стараются поймать ее при падении еще в воздухе или схватить уже на земле. Правила игры. Отнимать уже пойманную летучую мышь не разрешается. Поймавший летучую мышь отдает ее капитану своей команды, который получает право на

## Образование – территория инноваций

новый бросок. Повторный бросок капитана дает команде очко. Играют до тех пор, пока не получают определенное количество очков.

### «Кого вам?» (Тили-рам?)

В игре участвуют две команды. Игроки обеих команд строятся лицом друг к другу на расстоянии 10—15 м. Первая команда говорит хором: «Тили-рам, тили-рам?» («Кого вам, кого вам?») Другая команда называет любого игрока из первой команды. Он бежит и старается грудью или плечом прорвать цепь второй команды, взявшейся за руки. Потом команды меняются ролями. После вызовов команды перетягивают друг друга через черту.

### Список литературы

1. Кожанова, М.Б. Этнопедагогизация воспитательного процесса как системообразующий фактор регионального компонента образования. – Чебоксары: ЧГПУ им. И.Я. Яковлева, 2005. – 120 с.
2. Махалова, И.В., Николаева, Е.И. Воспитание здорового ребенка на традициях чувашского народа. – Чебоксары, 2003.
3. Махалова, И.В., Николаева, Е.И. Солнышко сияет, играть нас приглашает. Фольклорные физкультурные занятия и праздники в детском саду. – Чебоксары: Новое время, 2006. – 164 с.
4. Новые подходы к обновлению содержания дошкольного образования в чувашской Республике. / Сост. Р.Б. Кузьмина, М.А. Капустина. – Чебоксары: «КЛИО», 1998.
5. Программа воспитания ребенка-дошкольника. / под ред. О.В. Драгуновой – Чебоксары: Чуваш. кн. изд-во, 1995.
6. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования. / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), испр. и доп.— М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019. — 336 с.