**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №117»**

Принято на педагогическом совете №4 от 31.08.2020 г.



**Проект**

***«Русские и мордовские народные подвижные игры в системе здоровьесберегающих технологий»***

*(для детей подготовительной группы)*



**Составила воспитатель:**

**Масычева Ольга Юрьевна**

**Саранск, 2020 г.**

**Пояснительная записка.**

Подвижная игра относится к тем видам игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Подвижная игра, в силу своей специфики, является, прежде всего, эффективным средством укрепления здоровья и физического развития детей дошкольного возраста.

Проект «Русские и мордовские народные подвижные игры в системе здоровьесберегающих технологий» предусматривает ознакомление дошкольников с русскими и мордовскими народными подвижными играми. Работа по данному проекту расчитана на 2 месяца (октябрь - ноябрь). Данный проект направлен на приобщение дошкольников к ЗОЖ, посредством использования народных игр.

**Авторы:** Воспитатель подготовительной группы МДОУ «Детского сада № 117» Масычева Ольга Юрьевна.

**Актуальность**

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально – демографических групп населения России и особенно детей дошкольного и школьного возраста. Его решение требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его с детских лет.

Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного воздействия формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность организма и другие качества, необходимые для полноценного развития личности. Этим и обусловлен выбор темы проекта.

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования в соответствии с Законом «Об образовании».

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Но, по данным системы здравоохранения, в настоящее время состояние здоровья детей дошкольного возраста снижается. И поэтому актуально значимым и востребованным сегодня становится поиск средств и методов повышения эффективности оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Технологии, как эффективная система мер профилактической работы с детьми, направленная на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, получили название «здоровьесберегающие технологии».

Всё чаще в последние годы поднимается вопрос о большой значимости здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе дошкольного образования.

Подвижные игры являются одним из самых часто применяемых видов здоровьесберегающих технологий, которые используются в практике ДОУ.

Так, подвижные игры при правильном их подборе, т.е. с учётом возрастных особенностей и физической подготовленности детей, оказывают благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, формирование правильной осанки, повышают функциональную деятельность организма, активизируют обмен веществ, а мышечные нагрузки стимулируют работу желез внутренней секреции. Подвижные игры положительно влияют и на нервную систему, потому что увлекательный игровой сюжет вызывает у детей положительные эмоции.

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

Радость движения сочетается в русских народных играх с духовным обогащением детей. В них заключается огромный потенциал для физического развития ребенка, формируется устойчивое отношение к культуре родной страны, создавая эмоционально положительную основу для развития патриотических чувств.

Русская народная подвижная игра – это школа воспитания, где удивительно совершенные и ценные произведения народного творчества, создавались и оттачивались десятками поколений, вбирая в себя опыт целого народа. Русские народные подвижные игры вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических и физических процессов, стимулирует переход детского организма к более высокой ступени развития. Игра развивает у детей ловкость, меткость, быстроту и силу, моторику, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы и законы физики.  Игра формирует высокую нравственность. Русские народные подвижные игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. Она учит премудростям жизни, добру и справедливости, чести и порядочности, любви и долгу.  Народные игры разнообразны, развлекательны и эмоциональны. Они доступны для детей, начиная с дошкольного возраста.  
Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики.

Русская народная подвижная игра – средство обучения и воспитания, обеспечивающая самообразование ребёнка. Она классически лаконична, выразительна и доступна ребёнку.  Народная подвижная игра – традиционная игра, которая имеет развлекательную основу, и включают в себя элементы театрального, циркового, танцевального, музыкального и поэтического искусства, отражающая образ жизни, национальные традиции, обычаи.

В русских народных подвижных играх радость движения сочетается с духовным обогащением детей, формируется уважительное отношение к культуре родной страны и создаётся эмоционально- положительная основа для физического развития и формирования ценностного отношения к физической культуре.

**Цель.** Проверить и обосновать эффективность использования народных игр, как одно из средств, приобщения дошкольника к ЗОЖ.

**Задачи:**1. Формирование основ здорового образа жизни, развитие двигательных способностей, умений и навыков при помощи русской и мордовской народной подвижной игры.

2. Развитие физических качеств и познавательных процессов дошкольников посредством русских народных подвижных игр.

3.Развитие интереса и расширение круга представлений о разнообразии русских и мордовских народных подвижных игр.

4. Формирование представлений о разнообразии народных игр;

5. Содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;

6. Познакомить детей с правилами народной подвижной  игры, формированием умения чётко выполнять их, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность.  
7.Формировать у детей чувство причастности к истории, культуре, традициях русского и мордовского народа, используя русскую и мордовскую народную подвижную игру.    
5. Создавать условия для формирования взаимоотношений детей со сверстниками и взрослыми, проявление сопереживания, взаимопомощи.

**Вид проекта**: Краткосрочный (октябрь, ноябрь), игровой, познавательный, оздоровительный.

**Участники проекта**: дети подготовительной группы, воспитатели, родители детей.

**Образовательные области:**

1. Познавательное развитие.

2. Речевое развитие.

3. Художественно – эстетическое.

4. Физическое развитие.

5. Социально-коммуникативное.

**Предполагаемые продукты проекта**:

* Картотека русских и мордовских подвижных игр.
* Физкультурный уголок в группе пополнится атрибутами к играм и нестандартным оборудованием
* **Методы и приемы работы с детьми:**

**Словесный метод:** разучивание текстов игр на русском и мордовском языках

**Игровой метод:** игры-драматизации; народные подвижные игры, хороводы, игры-инсценировки, имитационные упражнения,

**Ресурсное обеспечение проекта:**

**Материально технические ресурсы:**

***1.Наличие в детском саду предметно-развивающей среды***:

- физкультурный уголок, картотеки подвижных игр, атрибуты к ним, маски, народные костюмы,

***2. Информационно-дидактические ресурсы, картотеки:***

* русских и мордовских народных игр и хороводов для детей дошкольного возраста;
* пальчиковых гимнастик для детей дошкольного возраста;
* развития артикуляционного и дыхательного аппарата,
* обшеразвивающие упражнения для физических минуток с использованием текстов народных игр.

**Предполагаемые результаты проекта:**

* увеличилось количество детей с высоким уровнем физической подготовленности;
* снизилась заболеваемость;
* у дошкольников сформировано желание вести здоровый образ жизни;
* появление у детей возможности активного и постоянного участия во всех мероприятиях общеобразовательного процесса;
* сформированы элементарные представления о пользе занятий физической культурой и освоения культурно-гигиенических навыков;
* дети знают большое количество упражнений, много подвижных игр.
* активизировалось участие родителей в физкультурно-оздоровительном процессе;
* повысилась педагогическая компетентность родителей в вопросах физического развития и здоровья.

• Обогатится речь за счет образных выражений, активизируется словарь ребенка, совершенствуются навыки диалогической речи, её грамматический строй, развивается эмоциональная выразительность речи.

**Этапы реализации проекта**

Сроки реализации проекта: сентябрь-октябрь 2019 года

**1 этап: Подготовительный**

• Опрос - анкета родителей «Что вы знаете о пользе подвижных игр в физическом развитии детей».

• Обозначение актуальности и темы будущего проекта.

• Постановка цели и задач.

• Составление плана реализации проекта.

• Составление перспективно-тематического планирования.

• Работа с методическим материалом, литературой по данной теме.

• Подбор народных игр и хороводов.

• Привлечение родителей к текущему проекту. Индивидуальные беседы, консультации с родителями.

**2 этап: Основной**

1.Реализация проекта.

2.Составление картотеки, разработка конспектов НОД, развлечений и досугов.

**3 этап: Заключительный**

1. Развлечение «День народных игр и забав».

2. Презентация проекта продуктов проекта и коллегам и родителям воспитанников.

3. Подведение итогов.

**План мероприятий по реализации проекта**

**1 этап: Подготовительный**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этап** | **Форма работы** | **Содержание** |
| **Подготовительный этап** | Опрос –анкета родителей ««Что вы знаете о пользе подвижных игр в физическом развитии детей». | Использование разных источников при поиске ответа по теме. |
| Обозначение актуальности и темы будущего проекта. | Беседа с родителями |
| Постановка цели и задач. | Беседа с детьми |
| Составление плана реализации проекта |  |
| Работа с методическим материалом, литературой по данной теме.  Подбор материала необходимого для работы с детьми и родителями на тему: ««Русские и мордовские народные подвижные игры в системе здоровьесберегающих технологий»» | Подборка информации, материала, пособий, иллюстраций, музыки, литературы по теме. |
| Пополнение физкультурного уголка атрибутами для игр, нестандартным физическим оборудованием. |  |
| Подбор народных игр и хороводов. | Составление картотеки, работа с литературой и Интернет |
| Привлечение родителей к текущему проекту. |  |

**2 этап: Основной.**

|  |  |
| --- | --- |
| Сроки реализации | Тема совместной деятельности |
| Октябрь | Проведение беседы «Как наши бабушки и дедушки играли в детстве» |
| НОД по физкультуре и «Путешествие в историю русских народных подвижных игр»  Цель: Знакомство с историей русских народных подвижных игр. |
| Разучивание русских народных игр «Заря-зарница» «Гуси-гуси», «Поясок», «Горшок», |
| Мастер-класс «Готовим маски для игры «Гуси-лебеди»  Цель: Вызвать интерес к изготовлению атрибутов для игр |
| Разучивание мордовских народных игр **«В ворона», «Руцяняса» («В платочки»), «Продажа лаптей», «В журавлей» (Каргиняса)** |
| Заучивание считалок на русском и мордовском языках  Цель: Показать разнообразие видов считалок. |
| Просмотр мультфильма: Гуси - лебеди |
| Ноябрь | НОД по рисованию «Как мы играли в русские народные подвижные игры» Цель: Закреплять умения создавать в рисунке выразительные образы игры |
| Разучивание русских народных игр «Красочки», «Бабка-Ежка», «Вышибалы», «Гори, гори ясно». |
| Разучивание мордовских народных игр **«Карусель», «В курочек», «В ключи», «Раю – раю»** |
| Просмотр мультфильмов: Ах ты, Порушка – Параня, Гуси - лебеди |
| Активное включение народных игр во все режимные моменты |
| Физкультурный досуг «Ярмарка народных игр» |

**3 этап: Заключительный**

|  |  |
| --- | --- |
| **Этап** | **Форма работы** |
| **Заключительный этап** | 1. Проведение тематического дня народных игр и забав  2. Совместное с родителями спортивное развлечение  3. Презентации проекта коллегам и родителям воспитанников.  4. Подведение итогов |

**В ходе реализации проекта:**

-дети знают русские и мордовские подвижные народные игры, могут самостоятельно рассказать правила;

-дети с желанием и интересом организуют игры в свободной самостоятельной деятельности в группе и на прогулке;

-дети стали более ловкими, быстрыми, сообразительными;

-дети знают историю возникновения подвижных игр.**. Саранск**