**Автономная некоммерческая организация**

**дополнительного профессионального образования**

**«Международный институт современного образования»**

357635 Ставропольский край, г. Ессентуки, пер. Кирова, д.1 ,

ОГРН 1162651074332, ИНН 2626045964, КПП 262601001,

эл.почта: [miso.kmv@mail.ru](mailto:miso.kmv@mail.ru)тел.: 8 – 928-364-04-02 [www.misokmv.ru](http://www.misokmv.ru)

***оздоровительный проект***

***«Через игры народов мира к разносторонне развитой личности ребенка дошкольника»***

***«Познание – это начало здоровья»***

***Н. Энкельман.***

***Автор:*** Шелыгина Елена Владимировна, директор АНО ДПО «МИСО».

***Номинация:*** инновации в организации здорового образа жизни через национальные подвижные игры.

***Актуальность.*** Существенные перемены в социальной, экономической и социокультурной сферах вызывают соответствующие изменения в жизнедеятельности всего общества. Это обусловлено многими факторами. Помимо неблагоприятных климатических условий, на здоровье подрастающего поколения отрицательно влияют: ухудшение экологической обстановки, электронно-лучевое, «металло-звуковое» облучение (длительное пребывание перед телевизором и компьютером, прослушивание громко звучащей музыки), а также социальная напряженность в семье, наличие только одного ребенка в семье и др. Перед многими образовательными организациями в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию всех уровней здоровьесберегающих технологий, где обязательно должна присутствовать здоровьесберегающая и здоровьеформирующая составляющая.

Известно, что здоровье только на 10-15% зависит от здравоохранения и более чем на половину – от образа жизни человека. Забота о здоровом образе жизни - это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов. Актуальность проблемы здоровьесбережения обусловлена тем, что вопросы здоровья населения России и региона в частности, являются первостепенной национальной проблемой.

***Идея проекта.*** Ориентировать педагогическое сообщество региона на формирование позиции признания здоровья, как важнейшей ценности, чувства ответственности за сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения, расширение знаний и навыков по здоровьесбережению и здоровьеформирующей составляющей, используя знания и опыт предыдущих поколений, поликультурную среду.

***Цель:*** Одной из центральных линий Федеральных государственных образовательных стандартов (далее ФГОС) выступают задачи формирования разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организация активного отдыха.

Цель этого проекта состоит в том, чтобы показать возможности использования национального опыта разных народов в воспитании подрастающего поколения, обучения его здоровому образу жизни, через такой доступный вид деятельности как подвижная игра. Разнообразить игровой опыт детей дошкольного возраста. Развивать выносливость, ловкость, умения подчиняться правилам и договариваться в игровой группе. Содействовать гармоническому физическому, нравственному и социальному развитию, укреплению здоровья старших дошкольников. Формировать способности к духовному развитию и нравственному самосовершенствованию.

Показать педагогической и родительской общественности значимость физического, психического, интеллектуального (умственного) и социального здоровья. Помочь выявлению механизмов и методов, с помощью которых можно организовать активизацию резервов организма таким образом, чтобы они обеспечивали каждому человеку гармоничное развитие, помогали ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня; организации здорового образа жизни.

**Задачи:**

Распространение передового опыта по физическому, патриотическому, нравственному воспитанию.

***Оздоровительные задачи:***

* охрана и укрепление физического и психического здоровья детей и взрослых;
* совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям различными средствами и системами оздоровления;
* формирование желания заботиться о собственном здоровье в соответствии с его индивидуальными особенностями;
* формирование привычки здорового образа жизни.

***Образовательные задачи:***

* расширение кругозора, уточнение представлений об окружающем мире, уважительное отношение к родной природе, создание положительной основы для воспитания экологических чувств;
* формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
* создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
* выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.
* повышение компетентности педагогической и родительской общественности в вопросах значимости национальных подвижных игр в формировании всесторонне развитой личности, в умении выстраивать взаимодействие с ребенком при организации активного досуга. Обогащение их методического и практического опыта активной игры с ребенком

***воспитательные задачи:***

* воспитание потребности в здоровом образе жизни; выработка привычки к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх;
* воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности.
* приобщение детей и родителей к поликультурной среде проживания, толерантности, знакомство с опытом прошлых поколений;
* поднятие национального самосознания и уважения к другим народам и народностям, их культуре, национальным особенностям.
* использование знания о национальных подвижных играх и их народах в патриотическом воспитании дошкольника.

***ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:***

* Снижение уровня заболеваемости.
* Повышение уровня физической подготовленности.
* Сформированность осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.
* Использование имеющихся технологий для оздоровления и укрепления здоровья.
* Подготовленность ребенка-дошкольника к школьной жизни
* Благотворное [влияние](Влияние%20проекта%20на%20%20личность%20дошкольника.doc) используемых знаний на расширение кругозора, физических и нравственных качеств, сохранение и укрепление здоровья ребенка

В любом возрасте в результате целенаправленного воздействия формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность организма и другие качества, необходимые для полноценного развития личности. Деятельность взрослого, направленная на укрепление здоровья ребенка, его физического воспитания составляет основу здоровья нации. А формирование здоровой, духовно-нравственной и всесторонне развитой личности должно основываться на использовании богатого национального опыта и с привлечением современных методов воспитания и инновационных технологий обучения.

***Участники проекта:***

* Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Международный институт современного образования»
* муниципальные и государственные дошкольные образовательные учреждения региона КМВ**, Карачаево-Черкессии, Казахстана – дети дошкольники, дети с ОВЗ;**
* педагоги-специалисты: воспитатели, методисты, психологи, дефектологи, логопеды, инструкторы ЛФК, педагоги дополнительного образования и др. специалисты;
* родительская общественность;
* врачи, медицинские сестры, специалисты по народной медицине и оздоровлению;
* представители национальных диаспор;
* и другие заинтересованные стороны.

***Научная основа.*** В проекте использованы методические программы физического воспитания дошкольников, разработанные специалистами АНО ДПО «МИСО», методики специалистов НИИ Курортологии, разработки специалиста по оздоровлению РАНМ Кузнечикова В.В., идеи оздоровления различными здоровьесберегающими и здоровьеформирующими практиками, а также накопленный опыт народов России, Кавказа, Казахстана по физическому и патриотическому воспитанию подрастающего поколения через подвижные игры.

***В Проекте планируется:***

1. Руководство проектом базируется в АНО ДПО «МИСО»;
2. Реализация самого проекта в государственных и муниципальных дошкольных образовательных учреждениях городов КМВ и Карачаево-Черкесской республики (Минводы, Ессентуки, Кисловодск, Предгорный р-н, Учкекен)
3. Привлечение родительской общественности данных образовательных учреждений;
4. Центр интеллектуального развития «ELS» Казахстан, г. Алматы
5. Пункты диагностики в выше перечисленных образовательных учреждениях
6. Консультационный пункт психолога Кисловодск.
7. Консультации специалиста по оздоровлению, фитотерапевта, медицинских специалистов
8. Аромотерапия (проведение сеансов, консультирование)
9. Взаимодействие со специалистами кафедры физиотерапии СтГМУ
10. Взаимодействие со специалистами Института им. Бурназяна (Москва)
11. Оздоровительные мероприятия в образовательных учреждениях городов и населенных пунктов КМВ, КЧР.
12. Проведение круглых столов, конференций, практикумов по вопросам оздоровления, здоровьесберегающих технологий и долголетия.
13. Использование IT-технологий для информирования населения в области оздоровления и здоровьесберегающих технологий.
14. Привлечение национальных диаспор для знакомства с национальными культурами, бытом, костюмами и пр.
15. Привлечение заинтересованных лиц и специалистов.

***Скажи, этот путь волнует тебя?***

***Если да, то это правильный путь.***

***И. Кастснеда***

***Глава 1***

Совершенствование физического воспитания и здоровья детей дошкольного возраста приобрело особую значимость в связи с модернизацией образования в нашей стране. Период дошкольного детства – наиболее важный в становлении двигательных и других важнейших функций ребенка, развитии его физических и личностных качеств, формировании основ физического, психического, интеллектуального и социального здоровья. Поэтому первоочередной задачей для нас, как образовательной базы по дополнительному профессиональному образованию и образованию детей и взрослых, стала разработка и апробация оздоровительного проекта ***«Через игры народов мира к разносторонне развитой личности ребенка-дошкольника».***

Очевидно, что понятия «здоровье», «игра», «подвижная национальная игра» знают все, но понимают по-разному.

Исходя из определения Всемирной организации здравоохранения, здоровье - как состояние физического, умственного, психического и социального благополучия.

***1****.* ***Виды здоровья:***

1. Физическое;

2. Умственное (интеллектуальное);

3. Психическое;

4. Социальное.

- **Физическое здоровье** – это состояние, при котором у человека имеет место гармония физических процессов и максимальная адаптация к различным факторам внешней среды; совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (педагогическое определение). Состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции (медицинское определение).

- **Умственное (интеллектуальное) здоровье** – это состояние готовности человека к обучению и самообразованию, умственному развитию и саморазвитию, открытости ума новым идеям и опыту.

- **Психическое здоровье** – это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение). Состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение).

- **Социальное здоровье** – это социальный статус, оптимальное место человека в обществе, его значимая роль в межличностных отношениях, зависящих от здоровья общества, а также от окружающей среды для каждого человека.

***2. Уровни здоровья:***

Здоровье рассматривается на нескольких уровнях: биологическом, психическом, социальном.

- Здоровье на **биологическом уровне** связано с организмом и зависит от динамического равновесия функций всех внутренних органов, их адекватного реагирования на влияние окружающей среды.

- Здоровье на **психическом уровне** связано с организмом и зависит от динамического равновесия психических функций, их адекватного реагирования на влияние окружающей среды.

- Здоровье на **социальном уровне** связано с влиянием на личность других людей, общества в целом и зависит от места и роли человека в межличностных отношениях, от нравственного здоровья социума. Социальное здоровье складывается под влиянием окружающих людей.

***3. Критерии оценки здоровья***

По мнению известного ученого, доктора медицинских наук, профессора В.И.Дубровского, критериями оценки здоровья могут являться:

1). Уровень физической работоспособности и морфологического развития на данном этапе;

2). Отсутствие или наличие хронических заболеваний, физических дефектов, ограничивающих социальную дееспособность;

3). Социальное благополучие, возможность приспосабливаться к меняющимся условиям жизни и сохранению определенной устойчивости к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды, реакции организма на воздействие внешней среды.

***4. Определение «Здорового образа жизни»***

Здоровый образ жизни – это максимальное количество биологически и социально целесообразных форм и способов жизнедеятельности, адекватных потребностям и возможностям человека, осознанно реализуемых им, обеспечивающих формирование, сохранение и укрепление здоровья, способных к продлению рода и достижению активного долголетия.

* 1. ***Основные аспекты здорового образа жизни***

- Оптимальный двигательный режим;

- Личная гигиена и гигиена пространства;

- Правильное дыхание;

- Закаливание и использование природных факторов;

- Профилактика заболеваний, повреждений и травм;

- Оказание первой доврачебной помощи

- Проведение гимнастики и занятий по ЛФК.

* 1. ***Основные компоненты здорового образа жизни***

В содержании и структуре ЗОЖ выделяют следующие компоненты:

- мотивационно-ценностный (система побуждений ЗОЖ);

- содержательно-профессиональный (система знаний ЗОЖ);

- эмоционально-практический (система умений и желание постоянно вести ЗОЖ);

- волевой (качества личности, способствующие достижению целей ЗОЖ, эмоциональные проявления в оценке достигнутого).

Термин «Здоровый образ жизни» является многоаспектным понятием и включает в себя такие важные компоненты, как режим труда и отдыха; физические упражнения, объединенные в оптимальном двигательном режиме; правильное питание; закаливание; отсутствие вредных привычек; комплекс гигиенических навыков; психофизические мероприятия.

* ***Специфика понятия «Игра»***

Термин «Игра» в социальной педагогике определяется как форма деятельности в условных ситуациях, направленная на воссоздание и усвоение общественного опыта, фиксированного в социально закрепленных способах осуществления предметных действий, в предметах науки и культуры.

Педагогический словарь поясняет, что «Игра» это средство воспитания, в котором воспитатель в качестве инструмента формирования личности воспитанника использует его свободную (игровую) деятельность в воображаемой и реальной ситуациях, направляя ее на развитие положительных качеств личности.

* ***Понятие «Подвижная игра»***

Подвижная игра - это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевремен­ным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. 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, ценных морально-волевых качеств. В игре ребенок направляет свое внимание на до­стижение цели, а не на способ выполнения движения. Он дейст­вует в соответствии с игровыми условиями, проявляя ловкость и тем самым совершенствуя движения. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, закрепление их, совершенствование, но и формирова­ние новых качеств личности.

* ***Значение понятия «Национальные подвижные игры»***

Глу­бокий смысл национальных подвижных игр — в их полноценной роли в физичес­кой и духовной жизни, существующей в истории и культуре каж­дого народа. Подвижные игры всегда являются твор­ческой деятельностью, в которой проявляется естественная по­требность ребенка в движении, необходимость найти решение двигательной задачи, поэтому свободу действий дошкольник реализует в этих играх.

Национальную подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, способствующим развитию физических и умственных способностей, освоению нравственных норм, правил поведения, эстетических ценностей общества.

* ***Основная особенность национальных подвижных игр.***

Г. Гюрджиев в своей школе гармонического развития широко использовал подобные игры. Он утверждал, что стиль движений и поз разных народов, классов, эпох, связан с характерными формами мыслей и чувств эта связь настолько тесна, «что человек никогда не может изменить ни образ мыслей, ни чувствования, не изменяя при этом репертуара своих двигательных поз». Доказывая, что автоматизм мыслей и чувств жестким образом связан с автоматизмом движений. Гюрджиев писал: «Мы не осознаем до какой степени наша интеллектуальная, эмоциональная и двигательная функция взаимосвязаны, хотя в отдельных случаях и можем наблюдать, как сильно наше настроение и эмоциональное состояние зависят от наших поз».

* ***Значение национальных подвижных игр на развитие ребенка***

Подвижная игра - одно из важных средств всестороннего вос­питания детей дошкольного возраста. Характерная ее особен­ность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, патриотическое, эстетическое и трудовое воспи­тание. Они рассматриваются как основное средство и метод физического воспитания, Являясь важным средством физического воспитания, подвижная игра одновременно оказывает оздоровительное воздействие на организм ребёнка. В игре он упражняется в самых разнообразных движениях: беге, прыжках, лазании, перелезании, бросании, ловле, ползании, увертывании и т.д. Большое количество движений активизирует дыхание, кро­вообращение и обменные процессы. Игра является незаме­нимым средством совершенствования движений, развивая их, спо­собствуя формированию быстроты, силы, выносливости, коорди­нации движений. Оздоровитель­ный эффект подвижных игр усиливается при проведении их на свежем воздухе.

Чрезвычайно важно учитывать роль растущего напряжения, радости, сильных переживаний и незатухающего интереса к ре­зультатам игры, которые испытывает ребенок. Увлеченность ре­бенка игрой не только мобилизует его физиологические ресурсы, но и улучшает результативность движений. В подвижной игре, как деятельности творческой, ничто не сковывает свободу действий ребенка, в ней он раскован и свободен. Это в свою очередь оказывает благотворное влияние на психическую деятельность.

Велика роль подвижной игры в умственном воспитании ребен­ка: дети учатся овладе­вать пространственной терминологией, временными ориентировками, осознанно действовать в изменившейся игровой ситуации, в соответствии с правилами и познавать окружающий мир. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои пред­ставления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о национальных особенностях, о средствах передвижения, о современной технике и т.д.

* ***Основные понятия здоровьесберегающего образования.***

**Здоровьесбережение** – основной элемент нового мышления, требующий пересмотра, переоценки всех компонентов педагогического (образовательного и методического) процесса, поскольку радикально меняет саму суть и характер этого процесса, ставя в центр его ***здоровье ребенка***.

**Здоровьесберегающее образование** – непрерывный процесс обучения, воспитания и развития ребенка, направленный на формирование эмоционально-положительного отношения к природе, окружающему миру, ответственного отношения к своему здоровью и состоянию окружающей среды, соблюдение им определенных моральных норм в системе ценностных ориентаций.

**Здоровьесберегающий подход в образовании детей** – это комплекс психолого-педагогических, медицинских и других мероприятий, обеспечивающих эффективность педагогического процесса.

**Технология здоровьесберегающего образования** – совокупность организационных решений, средств, методов и приемов здоровьесберегающего образования детей, охватывающих важную часть воспитательно–образовательного процесса.

**Здоровьесберегающие технологии** – совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование осознанного и ценностного отношения к собственному здоровью.

***Глава 2***

В современных концепциях дошкольного воспитания отмечается, что именно в возрасте, с трех до семи лет, ребенок приобретает основы личностной культуры, ее базис.

Большую роль в этом играет приобщение к культуре своего народа, в результате которого ребенок может достичь душевного равновесия, здоровья, чувства уверенности и признания в этом мире. А обращение к национальным традициям даст возможность ребенку понять, что именно он частичка этого огромного мира, поможет ему найти контакт с окружающими людьми.

Мы все чаще возвращаемся к нашим истокам, понимая значение сохранения наших народных традиций. Еще несколько веков назад во времена Древней Руси, русский народ устраивал игрища, где показывал удаль русскую, силушку богатырскую, быстроту соколиную.

С древних времен в народных играх отражались образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, проявлялись сила, ловкость, выносливость, красота движений, ценились смекалка, выдержка, творческая выдумка, стремление к победе. Психологами доказано, что игра представляет собой ведущую деятельность в период дошкольного детства. Я. Бердыхова считает, что подвижные игры, в которых основная двигательная активность проявляется в таких циклических упражнениях, как бег, прыжки, ходьба и т.д., дает наибольший оздоровительный эффект. Так же Ю.Ф. Змановский считал, что именно подвижные игры являются важным и основным разделом занятий по физической культуре, направленные на укрепление здоровья. Но огорчает то, что среди подвижных игр, в практике дошкольного воспитания, народная игра встречается редко. Не так много педагогических изданий, в которых народной игре уделялось бы большое внимание.

Ведь народные игры для детей ценны в педагогическом отношении, они оказывают большое влияние на воспитание ума, характера, воли, развивают нравственные чувства, физически укрепляют ребёнка, создают определённый духовный настрой, интерес к народному творчеству. Они достаточно разнообразны по своему содержанию, тематике и организации. Особенность подвижных народных игр в том, что они, имея нравственную основу, обучают развивающуюся личность социальной гармонизации. Подвижные народные игры учат личность тому, что цену имеет не любое личное достижение, а такое, которое непротиворечиво вписано в жизнь детского сообщества. Большое воспитательное значение заложено в правилах игры. Они определяют весь ход игры, регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения, содействуют формированию воли. Подвижная игра требует внимания, выдержки, сообразительности и ловкости.

В народных играх много юмора, шуток, задора, что делает их особенно привлекательными для детей. Доступность и выразительность народных игр активизирует мыслительную работу ребенка, способствует расширению представлений об окружающем мире, развитию психических процессов. В народных играх есть все: и фольклорный текст, и музыка, и динамичность действий, и азарт, что очень заинтересовывает детей. В то же время они имеют строго определенные правила, и каждый играющий приучается к совместным и согласованным действиям, к уважению всеми принятых условий игры. В таких играх можно отличиться, если это не нарушает установленного порядка — в этом и заключается педагогическая ценность народных игр.

Различные по содержанию подвижные игры позволяют проследить разнообразие подходов к поиску путей гармоничного развития детей. Условно можно выделить несколько типов подвижных игр, которые по-разному способствуют всестороннему развитию дошкольников, несут в себе разную социальную направленность:

Среди них М.Ф. Литвинова в своей книге «Русские народные игры» представила народные подвижные игры, а так же их варианты, считая, что они ценны для детей в педагогическом отношении, оказывая влияние на воспитание ума, характера, воли, а так же физических качеств. Автор сборника игр «Березовая карусель» Г.М. Науменко, так же знакомит нас с большим количеством игр, считая, что игра развивает физически, психически, интеллектуально и, конечно, эстетически. И это действительно так, игровая ситуация увлекает детей, а стало быть воспитывает. Встречающиеся во многих играх зачины, диалоги персонажей, которые нужно умело сыграть, требуют раскрепощенности и артистизма. Правила игры просты, но они определяют весь ход игры, способствуют развитию внутренней саморегуляции, устанавливают рамки, за которые нельзя переступать.

***Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ)***

Цель Проекта, как здоровьесберегающих педагогических технологий и, следовательно, всей здоровьесберегающей педагогики – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья в период пребывания в детском саду, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, пребывании в поликультурной среде и научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

В нашем Проекте используются принципы ЗОТ, выступая в органическом единстве, образуя систему, в которую входят общеметодические и специфические принципы.

Это:

а) Принцип системности и повторения – в результате системы работы и многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы;

б) Принцип постепенности – предполагает преемственность от одной ступени к другой;

в) Принцип доступности и индивидуализации – его значение в исключении негативных и вредных последствий для организма каждого ребенка вследствие чрезмерных требований и заданий;

г) Принцип непрерывности – предполагает построение процесса здоровьесбережения как целостного процесса с системным чередованием нагрузок и отдыха;

д) Принцип цикличности – заключается в повторяющейся последовательности занятий и игровой деятельности;

е) Принцип оздоровительной направленности – решает задачи укрепления здоровья ребенка в процессе обучения, воспитания и двигательной активности;

ж) Принцип комплексного междисциплинарного подхода к образованию – взаимодействие педагогов и медицинских работников;

з) Принцип активного обучения – использование различных интерактивных форм и методов обучения, а также разнообразных форм работы самих детей: индивидуальной, коллективной, групповой, парной и др.;

и) Принцип формирования ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих;

к) Принцип связи теории с практикой – применение своих знаний на практике.

***Для достижения целей, обозначенных в Проекте, применяются следующие группы средств:***

а) Средства двигательной направленности (эмоциональные разрядки и «минутки покоя», психогимнастика, тренинги и др.);

б) Оздоровительные силы природы (занятия на свежем воздухе, использование ароматерапии в закрытом пространстве, витаминотерапия, закаливающие процедуры, соблюдение водного режима и др.);

в) Гигиенические мероприятия (режим питания и отдыха, обучение приемам здорового образа жизни, ограничение предельного уровня нагрузки, проведение проветривания и соблюдение санитарных норм и др.)

Комплексное использование этих средств позволяет решать все основные задачи поставленные в Проекте.

Подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. 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, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны дошкольнику. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов.

Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер.

Подвижные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах.

К формам проведения подвижных игр относятся:

- сюжетные игры, преимущественно коллективные,

- бессюжетные подвижные игры,

- подвижные игры с элементами соревнования,

- игры большой, малой и средней подвижности.

Алгоритм работы с играми:

- знакомство с содержанием игры.

- объяснение содержания игры.

- объяснение правил игры.

- разучивание игры.

- проведение игры.

Вспоминая историю человечества мужчина был охотником и воином. Поэтому у мальчика не возникало вопроса, кто он и что ему делать, он знал свою природу. Используя опыт прошлых столетий в воспитании мальчиков, мы продолжим передачу традиций, в которых был заложен глубокий смысл гендерных ролей. У мальчиков и девочек есть свои двигательные предпочтения, то есть та деятельность, которая им интереснее, лучше удается, и в которой наиболее ярко проявляются их особенности, связанные с полом.

В частности в процессе игр у мальчиков большее место занимают движения скоростно-силового характера (бег, метание предметов в цель и на дальность, лазание, борьба, спортивные игры); девочки предпочитают игры с мячом, со скакалкой, упражнения в равновесии (ходьба по бревну, скамейке и пр., танцевальные упражнения. В то же время такие виды как подвижные игры, эстафеты нравятся и мальчикам, и девочкам, в равной степени.

Каким должен быть настоящий мужчина? На Северном Кавказе вам ответят - смелым, решительным, способным брать на себя ответственность за любые поступки. Именно эти качества формируются благодаря типично мальчишеским играм с их специфической тематикой, некоторой жесткостью, усложненными правилами, установкой на состязание и победу. Накопленная народами педагогическая мудрость, которая содержится в сказках, играх, пословицах, традициях и обрядах способствует овладению ребенком.

Народные подвижные игры являются традиционным средством дошкольной педагогики. Подвижные игры классифицируются как группа игр с правилами, в основе которых лежат основные виды движения – ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание и т.д. Это делает данный вид игр традиционным важным средством физического воспитания, развития основных движений детей, но педагогическое значение подвижных игр не ограничивается их воздействием на физические качества детей. Национальные подвижные игры – это эталон культуры народа, который наиболее полно выражает самобытность национальности, ее традиции, они формируют способность действовать сообща, воспитывают честность и дисциплинированность. Дети учатся договариваться, объединяться для проведения коллективных игр, считаться с мнением партнеров, справедливо разрешать возникающие конфликтные ситуации. Подвижные игры являются формой деятельности, в которой в значительной мере формируются социальное поведение детей, их отношение к жизни, друг другу

Для того чтобы правильно использовать национальные подвижные игры, как образовательную технологию, необходимо проведение диагностик по всем физическим и личностным качествам ребенка-дошкольника.

Таким образом, народные подвижные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Впечатления детства глубоки и неизгладимы в памяти взрослого человека. Они образуют фундамент развития его нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно-полезной и творческой деятельности.

БЕЗ ДВИЖЕНИЯ РЕБЕНОК НЕ МОЖЕТ ВЫРАСТИ ЗДОРОВЫМ!

**Использованная литература:**

В. М. Баршай. Активные игры для детей. Ростов н\\_Д\_: Феникс,2001.- 320 с.

А. В. Кенеман. Детские подвижные игры народов

СССР:.М.:просвещение,1989.- 239 с.

Л. В. Беляев. Подвижные игры. -М. 1974. – 134с

В. Л. Страковская. 300 подвижных\* игр для оздоровления детей.

М.:Новая школа,1994.- 288с.

Е. Н. Вавилова "Развивайте у дошкольника ловкость, силу, выносливость",

пособие для воспитателей детского сада\*. – М., "Просвещение", 1981г.

Бочарова Н. Некоторые вопросы дифференцированного подхода в физическом

воспитании мальчиков и девочек// Дошкольное воспитание, 1997 г. № 12,

с. 72-75.

Беликов Г.А. Врата Кавказа. Ставрополь. 1997. 350с.

Госданкер В.В., Остапенко В.Г. Памятники истории и культуры Ставрополья. С. 1993.

Гниловский В.Г. Занимательное краеведение. Ставропольское книжное издательство. 1974.-350с.

Дьяконова Н., Дьяконов Д. Родное Ставрополье. М. 2006.

Забылина М. «Русский народ. Его обычаи, обряды, предания». Собрание, М.1880 Карпов Ю.Ю.

История народов Северного Кавказа в контексте социокультурного взаимодействия с иноэтническим окружением // Евразия: этнос, ландшафт, культура. Спб: Европейский дом, 2001,

«Знакомство детей с русским народным творчеством». Методическое пособие. Ярославль. 1991.

Кавказский сборник. Том 6 (38), Год выпуска: 2010, Издательство:  Русская панорама.

Кабузан В. Население Северного Кавказа в 18 –19 веках. СПб., 1996. с.- 6,189,205.

Козлова С.А. Теория и методика ознакомления дошкольников с социальной действительностью. М. Академия. 1998.

Кондыкинская Л.А. С чего начинается Родина? М. СФЕРА. 2005.

Литвинова Р.М., Зеленская В.А. Коммуникативная культура руководителя образовательного учреждения. С. 2007. с.-101 –131.

Литвинова Р.М. Дошкольник в пространстве Ставрополя и Ставропольского края. С. СКИПКРО. с.-66-80.

Литвинова Р.М. Региональная культура: художники, писатели, композиторы. С. 2010.-390с.сб-к1.

Литвинова Р.М. Интерактивные формы работы с кадрами. С.2008.-220с.

Литвинова Р.М. Казаки на Ставрполье. С. 2009.-220с.

Литвинова Р.М., Пащенко А.Т. Региональная культура: художники, писатели, композиторы. С. 2010.-250с.(с видеоприложением).

Литвинова Р.М., Пащенко А.Т. Полоролевое воспитание детей в дошкольном учреждении. С. 2006.220с. сб-к. 2.

Луценко В. В. - Обычаи и традиции народов Северного Кавказа. Часть 2, Краснодар: -2007 С. 105.

«Месяцеслов». Собрание Сахарова. М. 1991

Мустафина Р.М. «Представления. Культы, обряды у казахов». Алматы.1992

Новицкая М.Ю. Наследие. Патриотическое воспитание в детском саду. М. Линка - Пресс: 2003.

Науменко Е.«Этнография детства» М. 1999.

Науменко Е.«Фольклорные праздники в детском саду». М. 1998.

Некрылова А.Ф. «Круглый год». М.1991.

Пути мира на Северном Кавказе; независимый экспертный доклад /под редакцией В.А. Тишкова. М. 1999г./.

Панкеев И. «Русские праздники» М. 1997.

Петров В. Гришина Г. Короткова Л. «Осенние праздники, игры и забавы». М.1999

Погребова Н.Б., Литвинова Р.М. Дошкольное образование и социокультурный процесс. Под общей редакцией Золотухиной А.Ф. С. 2007. раздел 4. с.-132-147.

Узакбаева С. Кожахметова К. «Концепция этнокультурного образования».2002

Уткин П. Королёва Н. «Народные художественные промыслы». М. 1992.

«Весь мир: расы, народы, нации и народности». Харвест, «АСТ», 2002

«Терские казаки: история, традиции, нравы». Ю.Трофимова, г. Пятигорск, 1994г. «Культура традиции народов Северного Кавказа», МоРФ, ПГЛУ, Л.А. Волова, г. Пятигорск, 2004г.

Тюркологический сборник. 2007-2008. История и культура тюркских народов России и сопредельных стран. Год выпуска: 2009,

Издательство: Восточная литература.

Черноус В.В. Кавказ - контактная зона цивилизаций и культур // Кавказ: проблемы культурно - цивилизационного развития. Ростов Н/Д, 2000 «Энциклопедия обрядов и обычаев». Сп.б. 1996.

Энциклопедия Казахстана. Том: культура и искусство