**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад комбинированного вида № 19 «Рябинка»**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

658204, г. Рубцовск, ул.Комсомольская, 65

тел.: (38557) 7-59-69

Е-mail: [ryabinka.detskiysad19@mail.ru](mailto:ryabinka.detskiysad19@mail.ru)

**Мастер – класс для педагогов**

**«Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни через русские народные подвижные игры»**

Подготовила:

Инструктор по физической культуре

Пахомова Яна Сергеевна

2019 год

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

**Задачи:**

1. Познакомить педагогов с некоторыми русскими народными играми

2. Закрепить знания участников мастера – класса об организации и проведении подвижных игр.

3. Повысить профессиональную компетентность участников мастер – класса

**Материалы**: мячик больших размеров, атрибуты к подвижным играм, шпаргалки для участников со словами игр.

***Участники мастер – класса приглашаются занять свои места***

- Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня мастер - класс будет посвящен русским народным играм и их значению в приобщении к здоровому образу жизни дошкольников.

Сегодня, 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.

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.

В жизни русского народа игры и игрища с глубокой древности занимали ведущее место. В древние времена игры носили не только развлекательный характер,но и лечебный. Считали, что это лучшее лекарство от всех недугов. Например игра с мячом обладает большими целительными свойствами, превосходят лекарство в несколько раз.

Подвижные игры способствуют развитию речи ребенка, с их помощью обогащается словарный запас, так как игры часто сопровождаются песнями, стихотворениями считалками.

Каждая игра начинается с выбора водящего. Чаще всего это происходит с помощью считалки. 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.

Благодаря знакомству с русскими народными играми в детском саду, мы сохраняем свои традиции, передаем будущему поколению, тем самым обеспечиваем духовное здоровье наших детей.

Для младшего возраста выбираю наиболее простые игры, которые привлекали своей напевностью, эмоциональностью. Это игры с песенным и стихотворным сопровождением, хороводы**.**

**«Зайка беленький сидит»**, , **«У медведя во бору**».

С детьми старшего дошкольного возраста в процессе ознакомления с русской народной подвижной игрой, развивала интерес к истории родной страны, народной культуре. В них заключена информация, дающая представление о повседневной жизни наших предков - их быте, труде, мировоззрении.

**Игра «Горшки, » «Капуста», «Игра с мячом»**

**Большой мяч**

Для игры нужен большой мяч. Играющие берутся за руки и становятся в круг. Водящий с мячом становится в середине круга и старается выкатить мяч из круга ногами. Тот, кто пропустит мяч между ногами, становится водящим, но остается за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему надо вкатить мяч в круг, играющие опять поворачиваются лицом к центру, а в середину встает пропустивший мяч. Игра повторяется.

**Правила игры.** Играющие в течение всей игры не берут мяч в руки, а перекатывают его только ногами.