Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад п.Синда»

Выполнили: Бельды Галина Петровна, муз.рук-ль

Бельды Виктория Юрьевна, воспитатель

Гейкер Елена Олеговна, воспитатель

Калинина Марина Владимировна, воспитатель

«Игры с правилами»

Подвижные игры Дальнего Востока

 Хабаровский край – удивительный край с удивительными народами. Дальневосточный человек по сути своей духовен. Воззрения его складывались на основе культа природы и гармоничного взаимодействия с окружающей средой, непосредственно общаясь с которой он научился ее понимать, приспособился к жизни в ней и трудился, поддерживая природу в интересах самосохранения.

Народы Дальнего Востока имели свои понятия и представления о тайнах мироздания, о жизни и смерти, о добре и зле, о сущности и предназначении человека, о растительном и животном мире. В суровой борьбе за существование, продолжение своего рода и племени они выработали своеобразные законы жизни в гармонии с природой, морально-этические нормы поведения среди людей, разнообразные обычаи и праздники, бережно хранимые и передаваемые из поколения в поколение. Самое главное – они смогли выжить в суровых условиях, сохранив неповторимый уклад жизни и культуру.

Народы Дальнего Востока, живя в сложных условиях края, успешно занимались оленеводством, рыболовством и охотничьими промыслами, владели технологией изготовления предметов из кости, дерева, бересты, выделка кожи и меха, приготовление пищи из молочных, мясных и иных продуктов.

Культура народов Хабаровского края – достояние всего человечества, это творческое самовыражение коренного народа, его вклад в мировую культуру. Каждый народ вносит в культуру свое, и каждое достижение народа является общим для всего человечества.

Наша задача состоит в том, чтобы сохранить национальные традиции и обычаи народов Дальнего Востока, потому что малочисленному народу традиции и обычаи нужнее, чем большому народу; только благодаря им он может сохранить себя как народ. И сегодня очень важно не упустить крупицы народной мудрости, народных традиций и обычаев; сохранить, преумножить и передать их будущим поколениям.

Национальная культура малочисленных народов Хабаровского края может быть сохранена и продолжена в веках, только если она будет интересна подрастающему поколению. Дошкольный возраст – это пора интенсивного становления личности ребенка. Именно в этом возрасте закладываются основы мировоззрения человека, его отношение к окружающему миру, формируется самосознание и ценности.

Своеобразие этнокультуры народов Дальнего Востока заключается в том, что личное становление детей происходит в сложных условиях, обусловленных холодным климатом.

На мой взгляд, приобщение детей старшего дошкольного возраста к народной культуре народов нани является средством формирования у них патриотических чувств и развитие духовности.

 Мы должны знать культуру народа нани, и прививать эти знания детям, развивая у них стремление к прекрасному, воспитывая уважение к народным традициям, обычаям, культурным ценностям коренных народов Хабаровского края через народный этнос.

Игра – единственная деятельность ребенка, имеющая место во все времена и у всех народов. ***«Игра – это искра, зажигающая огонек пытливости и любознательности»***, – писал В.А. Сухомлинский. В педагогической науке игра рассматривается как важнейшее средство всестороннего развития ребенка. Игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, способствующим развитию физических и умственных норм, правил поведения, творческих способностей.

У малочисленных народностей не было детских садов и школ для организованного общественного воспитания подрастающего поколения, дети вместе с родителями делили все трудности, обусловленные образом жизни. Именно через игру осуществлялось воспитание и приобщение детей к трудовым традициям семьи. Следует заметить то, что родители весьма серьезно относились к играм своих детей – обеспечивали соответствующими предметами *(арканом, нартами, мехом, кусочками сукна и т.д.)* для целенаправленной подготовки их к труду в соответствующих игровых ситуациях. Во время игр дети, вступая в различные взаимоотношения, друг с другом, подражают взрослым, сознательно следуют определенным этическим правилам. Суровые жизненные условия Хабаровского края, трудная промысловая деятельность требовали, чтобы уже с шести – семилетнего возраста они активно развивали у детей важнейшие физические качества и воспитывали специфические двигательные навыки. С этого возрастного периода дети не только привлекались к хозяйственной помощи родителям, но и велось специальное обучение и воспитание их как будущих кормильцев семьи. В связи с тем, что охотнику, преследующему зверя, приходилось проходить несколько десятков километров в день, следовало

развивать необходимые для этого физические качества. Непосредственными средствами такого развития являлись разнообразные народные подвижные игры.

Игры народов Дальнего Востока зародились в далеком прошлом в недрах народного быта.

Народная игра — важнейший способ передачи богатства традиции от одного поколения к другому. Она направлена на познание окружающей действительности, усвоение обычаев, обрядов народа, а также овладение необходимыми для жизни умениями и навыками. Участвуя в играх, дети познают не только материальную, но и духовную культуру народа, проникаются его духом.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой, красотой движений, творческой выдумкой.

Познакомить детей с играми какого-нибудь народа – лучший способ вызвать интерес и симпатию к данному народу, поскольку игра – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Именно игра доступным языком передает детям знания о народе любой национальности. Недаром известная шведская писательница Астрид Линдгрен *(автор любимых детских сказок о Малыше, Карлсоне и др.)* сказала: ***«Игра – это желание жить»***. Обучая детей народным подвижным играм северян, тем самым помогаю сохранить знания об их жизни, труде, быте, сохраняя уникальность народа, а также обогащаю физические навыки детей.

Северные народные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой начальный этап формирования личности, сочетающей в себе положительные нравственные качества, физическую активность и оказывают огромное влияние на формирование здоровья детей.

Интеграция регионального компонента в воспитании детей дошкольного возраста способствует обогащению знаний детей о традиционных промыслах малочисленных народов, формированию навыков самоорганизации и взаимоконтроля, умению проявлять волевые и физические усилия, развитию важнейших качеств личности.

В детском саду вполне можно проводить многие игры регионального компонента, т.к. они очень просты по содержанию, не требуют сложных атрибутов. Правила таких игр дети хорошо запоминают и усваивают. Разумеется, игры должны быть доступны детям, вызывать у них интерес и радость. Подбирая их, надо учитывать время года, состояние погоды, температуры воздуха.

Все игры коренных жителей Дальнего Востока связаны с прыжками, метанием, бегом, способствуют упражнению детей в основных видах движения, формированию у них глазомера, быстроты реакции, выносливости, смелости.

Подвижные игры народов Дальнего Востока играют большую роль в организации двигательной деятельности и укреплении здоровья на прогулке. С их помощью воспитываю у детей положительное отношение к прогулке при низкой температуре и поддерживаю у детей бодрое настроение, активность. В неблагоприятных климатических условиях снижается двигательная активность, что отрицательно складывается на общем и физическом развитии детей, поэтому стараюсь стремиться к тому, чтобы подвижная игра прочно вошла в повседневную жизнь ребенка. Главная составляющая успеха в работе с детьми — это мотивация, а также правильно подобранные подвижные игры, атрибуты, что создают радостную, непринужденную остановку.

Образно-двигательные движения в играх вызывают живой интерес детей, способствуют развитию смекалки и сообразительности, способности к импровизации. А, кроме того, развивают силу, ловкость, координацию движений, гибкость. Дети учатся ориентироваться в пространстве, приобретают навыки двигаться в заданном ритме и темпе.

В планировании игр подбираются те игры, которые вызывают у них интерес и радость. Перед тем, как познакомить детей с новой игрой предварительно знакомим с содержанием и правилами игры. При этом объяснение сочетается с показом движений: как правильно бегать, прыгать, метать. В народных играх много веселья, движения, но порядок их строг. Постепенно каждый ребенок приучается к совместным и согласованным действиям, выполнению правил.

Практика показывает, что внедрение национально-регионального компонента в образовательный процесс повышает его уровень, способствует ознакомлению с коренным народом, обогащает духовные и социальные качества детей.

Народные игры Дальнего Востока передают особенности труда людей *(охоты, рыбалки, оленеводства)*, а также неповторимый колорит народного творчества. Среди игр и развлечений взрослого населения можно выделить национальные виды соревнований, которые сопровождают праздники, связанные с хозяйственной деятельностью. Из них наиболее распространены: гонки на оленьих упряжках, метание  аркана, топора на дальность, прыжки через нарты, перетягивание палки, каната, стрельба из лука, бег на лыжах, бросок камня через реку. Интересны традиционные прыжки через нарты. Несколько нарт устанавливаются параллельно друг другу на расстоянии полуметра. Прыжки совершаются двумя ногами вместе, сначала в одном направлении, затем в другом, кто перепрыгнет больше нарт без отдыха. Для этого надо иметь очень быстрые и крепкие ноги, чтобы по целым дням бегать за оленями в тундре.

Красивое захватывающее зрелище – гонки на оленьих упряжках. Палку перетягивают сидя, упершись друг в друга ступнями ног. Все эти виды соревнований – мужские. Дети в своих играх подражают взрослым. Игры мальчиков отражают главным образом различные моменты хозяйственной деятельности *(стрельба из лука, метание аркана и т.д.)* В качестве игрушек для мальчиков распространенными являются игрушечные изображения оленей, детские луки со стрелами, изготовляемые обычно из прутьев ивняка. Вырабатывая меткость, малыши упражняются в стрельбе по неподвижным и подвижным целям. Для детей часто делают маленькие нарты, в них ребята иногда запрягают собак.

Во всех состязаниях, конечно, важен результат, желание стать победителем. Здесь проявляется мастерство и умение каждого из участников, их умения и навыки, заложенные с детства. Например, начиная с 3-4-летного возраста дети коренных национальностей учатся метать  веревочную петлю на оленьи рога, ухаживать за собаками.

**Наиболее известны подвижные игры народов Дальнего Востока, как:**

игры с бегом:  ***«Ловля оленей»***, ***«Здравствуй, догони»***,  ***«Волк и олени»***;

игры с прыжками: ***«Нарты — сани»***;

игры с метанием: ***«Отбивка оленей»***, ***«Ловкий оленевод»***, ***«Охота на волка», «Чакпан»***;

игры на развитие ловкости, выдержки, находчивости, воображения, силы: ***«Борьба на палке»***, ***«Перетягивание палки»***, ***«Успей поймать»***, ***«Перетягивание каната»***;

игры на развитие мелкой моторики: ***«Меткий охотник»***, ***«Колечко»***.

**Проведение данных игр способствует оздоровлению детей:**

* правильному и своевременному развитию костного аппарата, формированию изгибов позвоночника, развитию сводов стопы;
* укреплению мышц сердца, развивают его способность приспосабливаться к внезапной изменяющейся нагрузке;
* правильному развитию терморегулирующих и защитных функций кожи;
* укрепляют дыхательную мускулатуру;
* развивают и укрепляют все группы мышц.

Подвижные игры народов Дальнего Востока играют большую роль в организации двигательной деятельности и укреплении здоровья на прогулке. С их помощью педагог воспитывает у детей положительное отношение к прогулке при низкой температуре и поддерживает у детей бодрое настроение, активность. Они помогают создать у детей положительный настрой, убеждать их не бояться мороза; напоминает о том, что мороз не заберется под шубу к тому, кто умеет бегать, прыгать, кататься на санках.

**Для эффективного использования подвижных игр народов Дальнего Востока в целях формирования здоровья и развития личности необходимо самим педагогам:**

* хорошо изучить их содержание, т.к. глубокие знания и свободное владение обширным игровым репертуаром является необходимым условием внедрения народных игр;
* постоянно повышать свой уровень знаний об играх, традициях, жизни северян;
* хорошо знать методику педагогического руководства играми, творчески используя игру как эмоционально-образное средство влияния на детей;
* пробуждать у них интерес, воображение, активность; привлекать внимание детей к их содержанию, следить за точностью выполнения движений;
* строго следить за физической нагрузкой, поддерживать и регулировать эмоционально-положительное настроение и доброжелательное отношение играющих;
* приучать детей ловко и стремительно действовать в создавшейся игровой ситуации, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;
* вызывать интерес детей к этим играм путем ознакомления с жизнью, культурой и бытом коренных северян с помощью экскурсий, выставок, бесед;
* перед проведением игры предварительно рассказать о жизни, или каком-то определенном предмете, обычае северного народа, роли ведущего, пояснить роль других игроков;
* создать в группах необходимые условия для организации народных игр с детьми.

Игры народностей Дальнего Востока могут быть использованы в детских садах не только во время прогулок, но и на вечерах досуга и праздниках, а также в самостоятельной двигательной деятельности детей.

Национальные игры

«Бег по медвежьи»

Описание: Она проводилась в любое время года. В игре принимали участие только мальчики. Дистанция бега была произвольная и обговаривалась между участниками до начала игры. Перед игрой в начале и в конце дистанции проводились линии старта и финиша. Все участники располагались вдоль стартовой линии, принимая исходное положение: стоя на четвереньках. По команде судьи *(голосом)* начинался “бег по-медвежьи”, который выполнялся так: оттолкнувшись двумя руками, игроки подтягивали ноги к груди и приземлялись на обе ноги, одновременно выставляя как можно дальше руки. Победителем становился участник, “пробежавший” таким образом к финишу первым.

«Кто быстрее»

Описание: Она проводилась в любое время года. Участвовала в ней вся семья, как дети, так и взрослые. Тот, кому во время игры доставалась шейная часть позвоночника оленя, должен был тут же быстро разъединить ее позвонки ножом. Игрок, который первым замечал в руках кого-либо шейную часть, должен был быстро выбежать из дома, припрыгать на одной ноге вокруг него и вернуться обратно. Если обладатель кости не успевал ее к тому времени разделить, то ее в этом случае забирал игрок, который пропрыгал вокруг дома, а игрок, отдавший ему кость, должен был также выбежать из дома и пропрыгать вокруг него и т.д. Игра продолжалась до тех пор, пока кто-то из сидящих за столом не разъединял шейную часть. Он обычно и становился победителем.

«Медведь и ягодники»

Описание: В игре участвовали мальчики и, девочки. Она обычно проводилась на песчаном берегу реки. Для игры чертили на песке игровую площадку, прямоугольной формы. Ее длина была равна 15 м, ширина 7–10 м. В центре проводили линию, разделяющую площадку на две половины. На одной половине площадки сидел “медведь” – водящий, которого выбирали с помощью считалки в начале игры. Дети – “ягодники” заходили на половину “медведя” и имитировали сбор ягод *(собирали камешки)*. “Медведь” неожиданно вскакивал и старался схватить кого-либо из игроков-“ягодников”, которые старались увернуться от него и убежать за среднюю линию на свою половину площадки. Если ему *(водящему)* удавалось поймать кого-либо из игроков–“ ягодников”, то этот игрок становился “медведем”- водящим, а водящий становился ягодником. Если же водящему не удавалось поймать никого из игроков, то он снова садился на свое место *(на своей половине площадки)*, а игроки подходили к нему и начинали “собирать ягоды”, и игра продолжалась вновь.

«Чакпан - игра в мяч»

Описание: Играли в нее на ровных площадках возле домов, на лесных полянках в летнее время. В начале игры чертили на земле круг диаметром 20 м, затем по желанию или по договоренности между собой игроки выбирали двух водящих. Все игроки располагались внутри круга, а два водящих ходили за кругом, пряча мяч под одеждой. Мяч изготавливали из рыбьей кожи или ткани и набивали тряпками. Его диаметр от 10 до 15 см.

Водящие ходили за кругом и старались неожиданным броском попасть в кого-либо из игроков в кругу. Если им удавалось это сделать, то игрок, в которого попали мячом, выходил за круг. Та пара водящих, которая быстрее выбивала всех игроков из круга, и становилась победителем.

«Игра с кольцами»

Описание: Играли в эту игру летом в лесу на полянках мальчики и девочки. В игре принимало участие 6–8 человек. Для игры из веток тальника толщиной примерно 1 см изготавливали 5–6 колец диаметром 15 см и палку *(кол)* длиной 90 см, толщиной 2–3 см, для чего использовали ветки сухостоя. Каждый игрок вбивал себе кол на расстоянии 2–3 м от линии броска. Игроки становились у линии напротив своих кольев, держа в руке все кольца, и старались по одному набросить их на колья. Тот, кто набрасывал на свой кол больше колец, становился победителем и считался самым метким и ловким игроком.

«Прыжки на одной ноге»

Описание: Все участники становились на лини и старта, принимали исходное положении – стоя на одной ноге. По команде судьи игроки начинали скакать, стараясь как можно скорее преодолеть дистанцию. Кому удавалось это сделать первым, тот и становился победителем. Смена ног во время прыжков запрещалась.

Игра способствовала выработке прыгучести, прыжковой выносливости, ловкости.

«Прыжки на двух ногах»

Описание: Исходное положение – стоя, ноги на ширине плеч. По команде судьи начинали прыжки, отталкиваясь двумя ногами и приземляясь также на две ноги, стоящие на ширине плеч. Игрок, достигший финиша первым становился победителем. Прыгучесть, сила ног и спины, быстрота, ловкость.

«Заячьи следы»

Описание: Летом – на песке, зимой – на снегу.

Перед игрой на снегу иди на песке делали отметки, обозначающие следы зайца, расстояние между которыми зависело от пола, возраста и физической подготовки играющих.

Один из игроков становился в первый ***«след зайца»***, т.е. принимал исходное положение – стоя, ноги врозь. Затем он оттолкнувшись двумя ногами, должен был точно приземлиться в следующий след, но уже на одну ногу, далее надо было оттолкнуться этой ногой и приземлиться на обе ноги в следующий след и т.д. Победителем становился тот, кто точнее всех прыгал по ***«заячьим»*** следам.

Часто эту игру усложняли: увеличивали расстояние между следами, запутывали их, изменяя направление и т.д. Игра способствовала развитию силы ног, прыгучести, координации движений, ловкости.

«Борьба»

Описание: Две команды. Выбирали самого ловкого и сильного.

Борцы разбивались попарно и становились напротив друг друга. Первыми начинались бороться самые младшие и слабые. Чтобы победить соперника необходимо было припечатать его спиной к земле. Тот, кто выигрывал поединок, получал одно очко. Далее таким же образом боролись следующие пары, и в самую последнюю очередь – ***«князья»***. В конце подсчитывались очки. Во время борьбы запрещалось ставить подножки.

«Перетягивание палки»

Описание: Два игрока садились на пол или землю напротив друг друга и вытянув ноги вперед, упирались друг в друга ступнями ног, а руками брались за палку. По команде судьи игроки начинали тянуть на себя палку, стараясь оторвать соперника от земли *(пола)*. При этом нельзя было сгибать ноги в коленях. Если кто-то из игроков не выдерживал борьбы и расцеплял пальцы, то он считался побежденным. Победитель состязался со следующим игроком. Состязание продолжалось до выявления победителя среди всех его участников.

«Перетягивание палки»

Описание: Два участника садятся на землю *(пол)* напротив друг друга, упираясь ступнями ног в доску *(ноги при этом должны быть прямыми в коленях)*, и берутся руками за палку. Хват произвольный, т. е. можно браться одной рукой хватом сверху, другой – хватом снизу и т. д. По команде судьи *(им может быть любой из игроков)* соперники начинают тянуть палку на себя, стараясь оторвать противника от земли *(пола)*. Во время перетягивания можно отрывать ноги от доски, пристукивать ими по доске. Если игрок падает набок, но не выпускает палку из рук, это не считается поражением и дается еще одна попытка. Проигравший выбывает из борьбы, а с победителем садится следующий участник состязания и т. д. Побеждает тот, кому удается перетянуть всех участников состязания.

«Прыжки через нарты»

Описание: Прыжки через нарты — широко распространенный вид состязаний среди народов Крайнего Севера. В России данный вид национальных физических упражнений классифицируется как вид спорта. Установлены разрядные нормативы, фиксируется рекорды. Высота спортивных нарт равняется 50см, ширина верхней части — 50см, нижней – 70см.

Прыжки через нарты ставятся на ровной площадке поперек движению, на расстоянии 50см друг от друга – в количестве 10 штук. Участник должен последовательно перепрыгивать через расставленные нарты, отталкиваясь двумя ногами, без остановки. После прыжки через последнюю нарту он прыжком поворачивается лицом к нартам и продолжается перепрыгивать в обратном направлении. Окончательный результат участника определяется по количеству перепрыгнутых нарт в лучшей попытке. Участнику не разрешается задерживаться больше 5 секунд после преодоления последней нарты и разводить ступни на ширину локтей. В момент перепрыгивания нарты колени разводятся, ступни подтягиваются, минимальное движение туловища. Такая техника прыжка экономит силы и напоминает технику бега барьериста.

«Рыбаки и рыбки»

Описание: На полу лежит шнур в форме круга — это сеть. В центре круга стоят трое детей—рыбаков, остальные игроки—рыбки. Дети-рыбки бегают по всей площадке и забегают в круг. Дети-рыбаки ловят их.

Правила игры: ловить детей-рыбок можно только в кругу. Рыбки должны забегать в круг *(сеть)* и выбегать из него, чтобы рыбаки их не поймали. Кто поймает больше рыбок, тот лучший рыбак.

«Нанайская борьба»

Описание: Играют парами на мате или на ковре. Играющие берут друг друга за плечи и борются, стараясь положить соперника на спину. Выигрывает тот, кто достиг цели, уложил противника на лопатки.

Правила игры: бороться можно только на мате или ковре, не сходя с него. Нельзя допускать грубых действий.







