

Иванова Анна Николаевна

воспитатель

Яныгина Светлана Юрьевна

воспитатель

МКОУ «Саньяхтахская СОШ»

Олекминского района Республики Саха (Якутия)

с. Саньяхтах, Республика Саха (Якутия)

ПОВЫШЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ЯКУТСКИХ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Аннотация: в статье актуализируется формирование ценностных ориентаций личности на здоровый образ жизни. Анализируется культивирование якутских национальных видов спорта, игр и развлечений для повышения двигательной активности детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: физическое здоровье, здоровый образ жизни, подвижные игры, национальные виды спорта, подвижные игры, физические упражнения, двигательная активность.

Великая ценность человека – здоровье, оно немыслимо без систематических занятий физкультурой. Занятие физической культурой в детском саду – это, прежде всего, воспитание здорового ребенка. Воспитание физически здоровых, жизнерадостных, жизнестойких, гармонически развитых детей – основная цель занятия в дошкольном образовательном учреждении, поскольку именно в эти годы закладывается фундамент здоровья, формируются личностные качества, раскрываются способности ребенка.

Недаром выдающийся педагог В.А. Сухомлинский подчеркивал, что от здоровья, жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы [6, с. 14].

В Концепции дошкольного образования РС (Я) актуальной задачей психофизического развития выдвигается совершенствование двигательной, эмоцио-

нальной сфер на основе формирования у детей потребностей в движении и привитии навыков здорового образа жизни [1, с. 14].

Поэтому важно формирование культуры тела, одновременно гармонически развивать личность ребенка, стимулировать раскованность и свободу его движений, активизировать творчество.

Культивирование якутских национальных видов спорта, игр и развлечений сегодня необходимо для сохранения культурных ценностей, формирования здорового образа жизни. Якутскими национальными видами спорта, играми и развлечениями надо обучать детей дошкольного возраста. Национальными видами спорта могут с успехом заниматься представители различных национальностей, что будет способствовать интернациональному воспитанию, они составительны, зрелищны и интересны.

В программе «Тосхол» под редакцией М.Н. Харитоновой, Хомуурунньук «Охо тылын сайыннарыы, эрчийии», автор П.Е. Христофорова, рекомендованной МО РС (Я) (1998), учитывается каждый возрастной период дошкольника. В ней уделено большое внимание социальному, эстетическому, умственному и физическому развитию дошкольников. Базисная программа национальных детских садов является единственной программой для национальных детских садов, охватывает все возрастные периоды дошкольного возраста, в соответствии с его потребностями на основе якутских традиций и обычаев; воспитание правильного отношения к себе, окружающим людям, природе и физическому здоровью. В основу разработанных физических упражнений взяты проводимые ежегодно национальные игры «Манчаары» и спортивные состязания на ежегодном празднике «Ысыах». При подборе игр по каждому виду основных движений соблюдаются преемственность между возрастными группами. В подвижных играх физические упражнения выполняются в необычных условиях и часто включают элементы соревнований, которые они доставляют детям радость, интерес через манипулирование предметами (колечко, палочка, мяч и др.). В специальном разделе «подвижные игры» представлены примерные игры

в детском саду и рекомендации по его организации (требования к гигиеническим условиям; закаливанию; культурно – гигиеническим навыкам; психическому здоровью и безопасности в дошкольном учреждении и общественных местах. Для детей младшего возраста рекомендованы такие подвижные игры как «Иэс баайсыы», «Орой охсуһуу», «Биһилэх кутуу», «Бырыычыка», «Мохсуо», «Миэстэ былдыаһыта». В средней группе «Ат сююрдюютэ» (скачки), «Уу уонна биэрэк» (река и берег), «Алхаһаама» (не ошибись). В старшей группе «Дулхалааһын», «Огустар харсыылара» (волк и жеребенок). В подготовительной группе «Мунха» (невод), «Хомуурдаах тустуу» (боремся командами).

В программе «Тосхол» в основу классификации положен признак преобладающего вида движения: игры с бегом «Бырыычыка», с ходьбой «Биһилэх кутуу», с прыжками «Дулхалааһын», с бросанием «Мээчигинэн оонньообун», с лазаньем «Ким тургэнник тахсар быраанна» и т. д.

Благоприятное воздействие на организм оказывает только двигательная активность, находящаяся в пределах оптимальных величин. Особенности двигательной активности детей в значительной мере определяются как условиями организации деятельности, так и ее характером, и содержанием. Особенно велика роль целенаправленного руководства двигательной деятельностью детей, воспитывающихся в старших возрастных группах детского сада. Это обусловлено тем, что к старшему дошкольному возрасту дети, имея высокую потребность в двигательной активности, не всегда могут ее реализовать на должном уровне. Необходимо обеспечение рациональным уровнем двигательной активности детей, который может быть достигнут путем совершенствования двигательного режима в дошкольном учреждении

В результате доведения двигательного навыка до автоматизма обеспечивается быстрое выполнение рабочего движения и вырабатывается способность. Игры, использованные в ходе работы, по содержанию классически, лаконичны, выразительны и доступны каждому желающему поиграть.

Соревновательный характер коллективных подвижных игр также может активизировать действия игроков, вызывать проявления решимости, мужества и упорства для достижения цели.

Физическое воспитание – педагогический процесс, направленный на изучение физических упражнений, развитие (или поддержание) морфологических, функциональных, психических и других свойств личности, нормирование связанных с ними знаний, способов и мотивов деятельности.

Таким образом, физическое воспитание формирует систему ценностных ориентаций личности на здоровый образ жизни, обеспечивает мотивационную, функциональную и двигательную готовность к нему. Оно осуществляется в соответствии с общими и специфическими для него закономерностями, принципами и правилами педагогического процесса.

Список литературы

1. Концепция дошкольного воспитания / под ред. М.Н. Колосовой. – Якутск, 2010.
2. Бурхинов Д.М. Народная педагогика и современная школа / Д.М. Бурхинов, Д.А. Данилов, С.Д. Намсараев. – Улан-Удэ: Бэмы, 1993.
3. Кочнев В.П. Национальные виды спорта народа саха / В.П. Кочнев. – Якутск, 1997.
4. Литвинова М.Ф. Народные подвижные игры / М.Ф. Литвинова. – М., 1986.
5. Осокина Т.И. Игры и развлечения детей на воздухе / Т.И. Осокина [и др.]. – М., 1983.
6. Сухомлинский А.В. Полное собрание сочинений. Т. 1 / А.В. Сухомлинский. – М.: Педагогика, 1997. – С. 45–47.
7. Портнягин И.С. Этнопедагогика «Кут-сюр» в воспитании мальчиков / И.С. Портнягин. – Якутск, 1997.

8. Шамаев И.К. Якутские национальные виды спорта / И.К. Шамаев. – Якутск: Якут. кн. изд-во, 1991.

9. Портнягин И.И. Развитие нравственных качеств юношей, занимающихся национальным видом спорта / И.И. Портнягин. – Якутск: Якут. кн. изд-во, 2005.