

Ларионова Галина Васильевна

бакалавр, инструктор по физической культуре

МБДОУ «Д/С №205 «Новоград»

г. Чебоксары Чувашской Республики

г. Чебоксары, Чувашская Республика

ЧУВАШСКИЙ ПРОМЕТЕЙ

Аннотация: в статье представлен конспект фольклорного физкультурного занятия по чувашской сказке «Как огонь нашли» с детьми старшей дошкольного возраста.

Ключевые слова: физкультурное занятие, подвижные игры, забавы, сказка, мифический герой Прометей.

Задачи:

1. Создавать условия для закрепления умений детей бегать, прыгать, лазать, ползать (разными способами).
2. Развивать ловкость, быстроту реакции.
3. Воспитывать доброжелательные взаимоотношения: умения радоваться успехам и сопереживать неудачам товарищей, уважительно относиться к партнерам по играм.
4. Способствовать развитию творчества в передаче игровых образов (Юхкаби, Юскаби, Юркаби).
5. Создавать и сохранять интерес к народным играм.

Материал к занятию: гимнастические палки по количеству детей, мячи «хоп», гимнастическая стенка, веревка, 6 стоек, 3 палки для барьерного бега

Предварительная работа: прочитать чувашскую сказку «Как огонь нашли», повторить чувашские имена Юхкаби, Юскаби, Юркаби

Ход занятия

1 часть. Построение. Приветствие. Сообщение задач

Инструктор по физической культуре (обращается к детям). Ребята, посмотрите, у нас сегодня в спортивном зале появились сказочные ворота. Если мы

пройдем через них, то попадем в сказку. А в какую мы узнаем, если проявим смекалку, выносливость и выполним различные упражнения.

Ходьба в колонне по одному, приставными шагами правым и левым боком, высоко поднимая колени. Бег змейкой между предметами, по сигналу «ветер» покружиться вокруг себя и побежать дальше, с перепрыгиванием через препятствия. Ходьба с восстановлением дыхания «Листья шуршат»: глубокий вдох через нос, на выдохе произносить звук ш-ш-ш!

Перестроение в колонну по 3 в движении.

Детей встречают три мальчика переодетые в чувашские национальные одежды. Дети догадываются, что это герои из сказки «Как огонь нашли»: Юхаби, Юскаби, Юркаби.

2 часть ОРУ с гимнастической палкой

Инструктор: «Вот братья приехали в лес и принялись за работу, дуб за дубом срубают, раскалывают да в кучу кладут.

1. «*Высокий дуб*». И. п.: ноги вместе, держа палку за концы, отвести ее за плечи на уровне лопаток. Хват сверху – палку держат двумя руками на ширине плеч, кисти (большие пальцы) внутрь. Подняться на носки, руки вверх, посмотреть на палку. Вернуться в и. п. опуститься на ступню.

2. «*Дерево на плечо*». И. п.: ноги слегка расставлены, ступни параллельно, палка за плечами. Хват сверху – палку держат двумя руками на ширине плеч, кисти (большие пальцы) внутрь. Руки поднять вверх, поворот туловища вправо (ноги от пола не отрывать), палку вперед, посмотреть на палку, палку вверх, вернуться в и. п. То же в левую сторону.

3. «*В кучу кладем*». И. п.: сесть на пол, прямые ноги вместе, носки оттянуты, палка за плечами, спина прямая, смотреть вперед. Широкий хват -палку держат обеими прямыми руками, разведенными шире плеч. Выпрямить руки вверх, посмотреть на палку. наклониться вперед, палкой коснуться ног, ноги не сгибать, голову приблизить к ногам. Выпрямиться, палку вверх. Опустить палку за плечи.

4. «*Раскалываем дрова*». И. п.: ноги слегка расставлены, ступни параллельно, палка вертикально перед собой. Хват сверху – палку держат двумя

руками за середину, кисти (большие пальцы) внутрь. Наклониться вниз палку между ног подальше. Выпрямиться палка вертикально перед собой.

5. «*Грузим деревья*». И. п.: лечь на спину, ноги вместе, носки оттянуты, руки с палкой вверх за головой, палка касается пола. Разный хват – палку держат двумя руками; кисть одной руки в хвате сверху, другой – в хвате снизу. Подтянуть согнутые ноги к груди, палку к коленям. Выпрямить ноги, руки с палкой поднять вверх.

6. «*Самый ловкий*». И. п.: стоя, ноги вместе. Руки на поясе, палка на полу справа. Прыжки через палку вправо и влево. Ходьба на месте.

7. «*Кто сильнее?*». И. п.: стоя, ноги слегка расставлены, ступни параллельно, палка в руках внизу. Узкий хват -палку держат двумя руками (кисти рук рядом) за середину. Подняться на носки, руки поднять вверх, посмотреть на палку. Опуститься на всю стопу, руки вниз.

[Пришел к старику младший брат Юркаби и говорит: плясать и петь я не умею, а сказку расскажу хорошую. Только уговор такой, когда я буду говорить, ты – молчок, не перебивай меня. Если хоть одно слово против молвишь, дашь мне полную шапку денег и огня-пламени! Старик кивнул головой, бороду погладил – согласился]

Инструктор. Стал Юркаби сказывать сказку:

2 часть ОВД: (способ организации – круговая тренировка в форме (Кросс-фит)).

1. Прыжки на мячах «хоп». [Сел я однажды верхом на пегашку-кобылу, за пояс заткнул топорик и поехал в лес.]

2. Проползание на руках, ноги пассивны. [Много ли, мало ли проехал, обернулся, смотрю – нет у моей кобылы задних ног, отрубил их топорик, и еду я только на передних.]

3. Барьерный бег – перепрыгивание через препятствия (три барьера высотой 40 см. [Повернул я лошадку, и поскакал искать её задние ноги. Скачу-скачу и вдруг вижу – задние ноги моей кобылки гуляют в каком-то табуне. Поймал я их и прибил дубовыми гвоздями к тому месту, где им быть положено. Много ли,

мало ли проехал – оглянулся назад и вижу: от дубового гвоздя в лошадке росток пророс да как начал расти!]

4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. [До самых небес поднялся! Смотрю – как раз дверь в небо настежь раскрыта. Смотрю и вижу – посреди неба растёт красное дерево. А на дереве сидит золотая птичка. Протянул я к ней руки, а птичка вспорхнула и пропала. Темно стало, как под землёй.]

5. Спуск с гимнастической лестницы по канату. [Из соломы я свил себе верёвку. И начал спускаться на землю. Наконец веревка моя порвалась. А меня подхватил ветер и бросил в огромное море.]

6. Приседание с набивными мячами (1 кг) 10 раз. [Там в море водяные навоз возят. Там, дедушка, гляжу, запрягли тебя и послали меня навоз на тебе возить. Не стерпел старик и крикнул: Что ты выдумываешь? Я там никогда и не был!]

7. Чувашская подвижная игра «Сердитый теленок» (*Урна парулла*). Игроки встают в круг, берутся за руки и бегут по кругу. Тот из игроков, кто не удержится в цепи, становится сердитым телёнком. Остальные игроки разбегаются, а телёнок их ловит. Вариант. Образ сердитого теленка заменяет «старичок» из сказки. [«А если не был, дедушка ты там, то следует получить с тебя шапку денег да огонь-пламя! Ведь таков наш уговор!]

3 часть. Малоподвижная игра «Огонь, воздух и вода»

[Нечего делать, отдал дед Юркаби сто рублей и огонёк дал, чтобы костёр развести. Принёс Юркаби братьям и деньги и огонь. Развели они костёр, стали кашу варить.]

Сказка на том берегу – я на этом берегу!

Рефлексия. Наше путешествие закончилось, а мне хотелось узнать, понравилась ли вам путешествовать? (Ответы детей.) Какую сказку рассказал Юркаби, чтобы добыть огонь? (Ответы детей.)

Список литературы

1. Махалова И.В. Программа по приобщению детей 6–7 лет к национальным традициям физического воспитания. «Родники здоровья»: примерная
- 4 <https://phsreda.com>

парциальная образовательная программа. – Чебоксары: Чуваш. книжное изд-во, 2015.

2. Махалова И.В. Чувашские детские игры: Пособие / И.В. Махалова, Л.Г. Ягодова; Чувашский республиканский институт образования. – Чебоксары: Клио, 1999.

3. Чувашские легенды и сказки / Сост. Е.С. Сидорова; пер. с чувашс. С. Шуртакова. – Чебоксары: Чуваш. кн. изд-во, 1975.

4. Юхма М.Н. Древние чувашские боги и герои: Легенды и мифы древней Чувашии. – Чебоксары: Чувашия, 1996.