Государственное бюджетное образовательное учреждение

дополнительного образования

«Областной центр внешкольной воспитательной работы»

Конкурсная работа

Физкультурное занятие на свежем воздухе

Тема: «Подвижные игры и состязания коренных народов Севера Сахалина

для детей старшего дошкольного возраста»

Выполнила:

Иманова Ольга Алмасовна,

инструктор по физической культуре,

Муниципальное бюджетное дошкольное

образовательное учреждение

детский сад № 5 «Радуга»

г. Холмск

 улица Школьная, 52

Телефон: 2-00-91

E-mail: doy5@yandex.ru

г. Холмск

2021 г.

Содержание

2.Пояснительная записка…………………………………………………………2

3.Цель и задачи …...………………………………………………………………6

4.Тип занятия…………………………………………………………………...…6

5.Форма занятия………………………………………………………………..….6

6.Методы и технологии обучения………………………………………………..6

7.Оборудование……………………………………………………………...……7

8.Методическое обеспечение…………………………………………………….7

9.План занятия…………………………………………………………………….8

10.Ход занятия…………………………………………………………………….9

11.Самоанализ (рефлексия)……………………………………………………..15

12.Приложение (картотека подвижных игр коренных народов Севера Сахалина, фотографии) ……………...……………………...…………………..16

13.Список используемой литературы………………………………………......16

За последнее время в нашем современном мире произошло много изменений. У детей искажены представления о доброте, патриотизме, великодушии, этнокультурном воспитании. Изменилось и отношение людей к Родине. Сегодня материальные ценности доминируют над духовными. Как правило, мы забываем свою историю, свои корни. Соответственно и наши дети не владеют такими знаниями.

Одна из главных задач педагогов – научить ребёнка чувствовать красоту родной земли, воспитывать любовь к родным местам, ко всему, что окружает его с детства, уважать и гордиться людьми, живущими на этой земле. Культура, природа родного края должны стать неотъемлемой частью его души.

Патриотические чувства, любовь к Родине у человека, прежде всего, связывается с родным краем, где протекает сознательная жизнь. В этой связи огромное значение имеет ознакомление дошкольников с историческим, культурным, национальным, географическим, природно-экологическим своеобразием родного региона.

Воспитывая ребенка на традициях, исторических событиях, достопримечательностях малой Родины, мы помогаем ему установить положительные отношения с миром людей, миром природы и самим собой.

 Подвижная игра - важнейший способ передачи богатства традиции от одного поколения к другому. Она направлена на познание окружающей действительности, усвоение обычаев, обрядов своего 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.

 Коренные народы Сахалина многие процессы своей жизнедеятельности (охота, рыбалка, оленеводство) отражали именно таким образом, через игру.

На базе МБДОУ №5 «Радуга» с 2019 г. по 2020 г. был реализован инновационный проект по теме: «Гражданско – патриотическое воспитание детей дошкольного возраста через ознакомление с культурой коренных жителей о. Сахалина».

Одной из задач инновационного проекта являлось знакомство дошкольников с бытом и образом жизни русского народа и коренного населения о. Сахалина через обычаи, традиции, народные ремесла, праздники и игры, декоративно - прикладное искусство.

Через физическое развитие дети знакомились с играми, забавами, обычаями, своеобразием быта коренных народов Севера Сахалина, интерес к которым способствует укреплению здоровья и пропаганды здорового образа жизни.

В условиях Сахалина забота о здоровье детей, их физическом развитии, снижении заболеваемости очень важна. В неблагоприятных климатических условиях снижается двигательная активность, что отрицательно складывается на общем и физическом развитии детей, поэтому я стремилась к тому, чтобы подвижная игра прочно вошла в повседневную жизнь ребёнка.

 Обучая детей подвижным играм коренных народов Севера Сахалина,

я стараюсь не только сохранить знания об их жизни, труде, быте, народа, а также обогатить физические навыки детей.

Ведь интерес к подвижным играм побуждает детей получить как можно больше информации о родном крае, желание узнать нового о своей малой Родине.

 Для работы в рамках реализации данного проекта мною была составлена картотека подвижных игр коренных народов Севера Сахалина, адаптированных для детей старшего дошкольного возраста. Изготовлено нестандартное физкультурное оборудование для проведения подвижных игр и состязаний. (Приложение 1,2).

 При отборе игр я опиралась на общие дидактические принципы: соответствие возрасту, физическую подготовленность детей, постепенное усложнение заданий. Подвижные игры обязательно включались в занятия по физической культуре, на свежем воздухе, в спортивных праздниках.

 В патриотическом, этнокультурном воспитании детей имеет огромное значение пример взрослых, особенно близких людей. В МБДОУ №5 «Радуга» родители имели возможность участвовать в процессе воспитания детей через проведение совместных спортивных праздниках, мастер-классах.

В настоящее время я продолжаю работать по данному направлению.

 Национальная культура коренных малочисленных народов Севера Сахалина может быть сохранена и продолжена в веках, только если она будет интересна подрастающему поколению. Поэтому задача приобщения детей к национальной культуре коренного населения Сахалинской области становится актуальной.

**Актуальность:**

            Игровая культура коренных народов Севера Сахалина, когда-то была из самых богатых в мире. От нас - взрослых, родителей и педагогов - во многом зависит её состояние. Чтобы не появилась ещё одна «черная дыра» в жизни людей, надо сохранить игровые традиции, накопленные народом. Подвижные игры детей и взрослых - важнейшая часть человеческой культуры, мост, связывающий поколения. До наших дней дошло немного игр: передаваемые из поколения в поколения, они вобрали в себя лучшие национальные традиции. По играм мы можем судить о культуре и быте коренных народов Севера Сахалина.

 Вот она, инновационная направленность физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ №5 «Радуга».

**Цель:** познакомить детей с традиционными подвижными играми и состязаниями коренных народов Севера Сахалина.

**Задачи:**

Оздоровительные:

1.Формировать здоровый образ жизни детей посредством подвижных игр.

Образовательные:

1.Расширять знания детей о подвижных играх и состязаниях коренных народов Севера Сахалина через физкультурные занятия.

Развивающие:

1.Учить набрасывать кольца-мауты на модели рогов.

2.Закрепить основные движения: бег, метание в ходе проведения подвижных игр.

3.Развивать физические качества: выносливость, силу, быстроту реакции при помощи подвижных игр, развивать координацию движений, глазомер.

4.Развивать интерес детей к подвижным играм коренных народов Севера Сахалина.

Воспитательные:

1.Воспитывать нравственно-волевые качества: решительность, сноровку, смекалку, выдержку, уверенность, целеустремленность.

2.Воспитывать интерес и желание выполнять соревнования народов Севера, уважение к культуре и спорту коренных народов Севера Сахалина.

3.Воспитывать чувство любви и гордости за Сахалин, патриотизма к своей малой Родине.

**Тип занятия:** игровое на свежем воздухе

**Форма занятия:** игровое

**Методы:** словесный, игровой, соревновательный

**Технологии:** здоровьесберегающие - дыхательная гимнастика, релаксация

**Оборудование:** нестандартное физкультурное оборудование:

стойки - «рога» - 2 шт., кольца «мауты» - 20 шт., снегоступы - 3 пары, олени деревянные - 3 шт.

Маски птиц «куропатка» - 10 шт., 2 корзины, мячи - суджоку красного цвета - 10 шт., и желтого цвета - 10 шт., музыкальное сопровождение, национальный костюм, чум, бубен, фигура оленя.

**Методическое обеспечение:** сборники подвижных игр, методические пособия.

**План занятия**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание | Дозировка/темп | Организационно - методические указания |
| **1.Вводная часть**Инструктор:Сегодня, ребята, мы отправимся в увлекательное путешествие к коренным жителям Севера Сахалина. Назовите их. (Звучит народная эвенская музыка, выходит педагог в национальном костюме и рассказывает о малой Родине - о. Сахалин).Инструктор:Сегодня мы отправимся путешествовать с Синильгой и будем играть в подвижные игры и состязания коренных народов Севера Сахалина.А для этого нам надо ударить в Волшебный бубен. (Педагог в национальном костюме играет на бубне).Ходьба в колонне по одному по кругу вокруг чума вместе с инструктором и педагогом (в национальном костюме). На удары бубна дети сходятся в круг и расходятся вокруг чума.Ходьба в колонне по одному по кругу вокруг чума;Ходьба по - «медвежьи»;Ходьба врассыпную, высоко поднимая колени и скрещивая руки над головой - «Оленята»;Ходьба на месте - «Оленята ищут травку под снегом»;Упражнение на дыхание «Ветерок»Инструктор: Коренные народы Севера Сахалина любят свой край с его неповторимым животным и растительным миром. И в подвижных играх они подражают животным и птицам.Сейчас мы сделаем разминку, подражая животным и птицам. | **7 мин**3 мин4 минумеренныйумеренный | Построение врассыпнуюСпина прямая, идти легко |
| **2.Основная часть** ОРУ «В тундре»1. «Полярная сова»2. «Северный олень»3. «Куропатка»4. «Скачки стерха»Подвижные игры и состязания1.Эстафета - состязание «Ловкий оленевод»- набрасывание маутов - «колец» на модели оленьих рогов.2.Эстафета - состязание «Езда на оленях».Дыхательная гимнастика «Вьюга»3.Эстафета - состязание «Бег в снегоступах».4.Подвижная игра «Сбор ягод».Дыхательное упражнение «Северный и южный ветер»5.Подвижная игра «Охотники и куропатки». | **23 мин**умеренный5 мин по 3 раза быстрый3 мин3 мин1 мин3 мин2 мин1 мин4 мин | Руки прямыеГолова прямо, пальцы в стороны – рогаПрыгать на одной ноге,не останавливатьсяДействовать по сигналу |
| **3.Заключительная часть**Игра на расслабление «Снежинки, ветер и сугробы»Инструктор: Ребята, сегодня мы с Синильгой с вами поиграли в подвижные игры и состязания коренных народов Севера Сахалина. На этом наше путешествие заканчивается.Дети строятся в колонну по одному, за первым ребенком «оленем» в упряжке уходят с площадки в сопровождении педагогов. | **3 мин**умеренный | Расслабиться, закрыв глазаСпина ровная, идти спокойно |

**Ход занятия:**

**Вводная часть:**

 Дети выходят на площадку на улицу и становятся врассыпную.

Инструктор:

 Здравствуйте, ребята! Среди просторов нашей страны есть остров, где вы живете, ваша малая Родина, а как он называется? (Сахалин)

Инструктор: Как называется жилище коренных жителей севера Сахалина? (чум). Построение в круг, взявшись за руки вокруг чума.

Инструктор:

 Сегодня, ребята, мы отправимся в увлекательное путешествие к коренным жителям Севера Сахалина. Назовите их. (Айны, нанайцы, нивхи, орочи, эвенки).

(Звучит народная эвенская музыка и выходит педагог в национальном костюме).

Педагог:

 Здравствуйте гости дорогие!

Зовут меня Синильга, что в переводе с эвенского означает «Снег».

Сегодня я поведаю вам о нашей малой Родине - острове Сахалине.

Есть за морем - океаном остров, на рыбу похож, называется тот остров Сахалин. А первое его название Этью.

И расскажу я нашим детям, кто раньше на острове жил, что добывал, чем себя радовал, чем забавлялся.

А главное достояние этого острова - его люди: рыболовы да охотники.

И живут на острове коренные народы - айны, эвенки, орочи, нивхи, уальты.

А занимались они охотой и рыбалкой, а какие диковинные вещи изготавливали.

Но как трудиться мог народ Сахалина, так и радоваться Солнцу, задабривать духов леса и моря не забывал.

В игры разные играли и будущему поколению передавали, чтобы те не забывали традиции и обычаи своего народа.

Инструктор:

 Дети коренных народов севера Сахалина в своих играх подражают взрослым, желая быстрее подрасти, и стать ловкими и смелыми охотниками.

 Сегодня мы отправимся путешествовать с Синильгой и будем играть в подвижные игры и состязания коренных народов Севера Сахалина.

 А для этого нам надо ударить в Волшебный бубен. (Педагог в национальном костюме играет на бубне).

Ходьба в колонне по одному по кругу вокруг чума вместе с инструктором и педагогом (в национальном костюме). На удары бубна дети сходятся в круг и расходятся вокруг чума.

Ходьба в колонне по одному по кругу вокруг чума;

Ходьба по - «медвежьи»;

Ходьба врассыпную, высоко поднимая колени и скрещивая руки над головой - «Оленята»;

Ходьба на месте - «Оленята ищут травку под снегом»;

Инструктор:

 Оленята в тундре жили, головой они крутили, вот так, вот так головой они крутили (повороты головы)

Оленята мох искали, снег копытом разгребали, вот так, вот так снег копытом разгребали (изображают, как ищут мох)

А потом по тундре белой быстро, быстро побежали (бег врассыпную)

**Упражнение на дыхание «Ветерок»**

Ветер сверху набежал, (вдох)

Ветку дерева сломал: «В-в-в». (выдох)

Дул он долго, зло ворчал (вдох)

И деревья все качал: «Бу-бу-бу». (выдох)

Инструктор:

Коренные народы Севера Сахалина любят свой край с его неповторимым животным и растительным миром. И в подвижных играх они подражают животным и птицам.

Сейчас мы сделаем разминку, подражая животным и птицам.

**Основная часть:**

**Общеразвивающие упражнения «В тундре»**

«Полярная сова»

И. п: стоя, руки опущены вдоль туловища, ноги вместе.

1. Руки в стороны, голову повернуть вправо;

2. И. п. (повторить 3 раза)

3. Руки в стороны, голову повернуть влево;

4. И. п. (повторить 3 раза)

«Северный олень»

И. п: стоя, ноги врозь, руки скрещены над головой «рога».

1. Наклон туловища направо;

2. И. п;

3. Наклон туловища налево;

4. И. п. (повторить 3 раза)

«Куропатка»

И. п: стоя, руки опущены вдоль туловища, ноги вместе.

1. Медленно присесть, руки в стороны.

2. И. п;

3. Медленно встать.

4. И. п. (повторить 4 раза)

«Скачки стерха»

И. п: стоя, руки за спиной, ноги вместе.

10 подскоков на правой ноге,

10 подскоков на левой ноге,

10 подскоков на двух ногах с поворотом вокруг себя. (повторить 2 раза)

Инструктор:

А сейчас мы будем вместе с Синильгой играть.

**Подвижные игры и состязания коренных народов Севера Сахалина**

Инструктор:

Отгадайте загадку: «Кто на своей голове лес носит?». (Олень)

У нивхов много помощников - оленей, которые собираются в стада и пасут их пастухи. Чтобы поймать оленя, пастухи набрасывают им на рога маут.

Чтобы оленя поймать за рога

Чукчам и нивхам сноровка и удаль нужна.

Будем маут здесь мы ловко метать?

Оленя - красавца будем седлать?

Эстафета - состязание «Ловкий оленевод»- набрасывание маутов - «колец» на модели оленьих рогов.

В середине площадки ставятся фигуры оленьих рогов. Оленеводы - дети располагаются в 2 колонны на расстоянии 3 - 4 м от них, в руках у них маут.

Оленеводы – дети стараются накинуть на рога маут.

Инструктор:

 Олень на Севере очень ценится, и нивхи и чукчи устраивали «оленьи бега».

Эстафета - состязание «Езда на оленях»

Дети строятся в три колонны и по очереди друг за другом бегут на «оленях».

Инструктор:

 Молодцы, ребята хорошо поиграли, а теперь отдохнем. Встанем возле чума и вспомним, как зимним вечером завывает вьюга.

**Дыхательная гимнастика «Вьюга»**

Дети свободно стоят вокруг чума. Выполняют свободный вдох через нос, на выдохе произносят звук «у-у-у».

Инструктор:

Так как на севере Сахалина глубокие снега, то пройти по нему нам помогут снегоступы.

Эстафета - состязание «Бег в снегоступах»

Дети надевают на ноги модели снегоступов и идут между сугробов до чума и так же возвращаются обратно.

Инструктор:

А у тех, кто не ленился,

Тундре летом поклонился
Ягоды есть разные:

И желтые, и красные,

И брусника, и черника,

Клюква и морошка.
В каждом чуме точно есть
Ягод хоть немножко.

Подвижная игра «Сбор ягод»

На площадке рассыпаны мячи (ягоды), стоят две корзины.
Задание: чья команда быстрее соберет мячи (ягоды).

Одна команда (мальчики) собирают красные (брусника), другая (девочки) - желтые (морошка).

Инструктор:

 На севере дуют холодные северные ветры, но иногда подует и теплый южный ветер.

**Дыхательное упражнение «Северный и южный ветер»**

Инструктор: Сейчас мы с вами поиграем в ловких охотников.

Подвижная игра «Охотники и куропатки»

 Дети делятся на две команды. На одной половине площадки - «охотники» - мальчики, на другой - «куропатки» - девочки. Под музыку девочки начинают передвигаться, имитируя куропаток, на своей половине площадки.

 При смене музыки мальчики - «охотники» начинают ловить «куропаток». Затем подсчитываются пойманные «куропатки».

**Заключительная часть**

Игра на расслабление «Снежинки, ветер и сугробы»

 На слова «Снежинки» - дети кружатся, «Ветер» - закрывают лицо, «Сугробы» - присаживаются.

Инструктор:

 Ребята, сегодня мы с Синильгой с вами поиграли в подвижные игры и состязания коренных народов Севера Сахалина. На этом наше путешествие заканчивается.

 Дети строятся в колонну по одному, за первым ребенком «оленем» в упряжке уходят с площадки в сопровождении педагогов.

**Самоанализ (рефлексия)**

 Цель и задачи, поставленные в занятии полностью реализованы. Я пришла к выводу, что нужно проводить такие занятия и праздники для детей, потому что, получила эмоциональный отклик от детей. Они хорошо знают культуру своей малой Родины, с удовольствием играют в подвижные игры коренных народов Севера Сахалина.

Я разработала план работы на учебный год и включила в него блок по патриотическому воспитанию детей по приобщению к народной этнокультуре детей через подвижные игры коренных народов Севера Сахалина. (Презентация для педагогов, мастер - классы для педагогов и родителей, физкультурный досуг и открытое занятие для педагогов). В дальнейшем я решила представить свой опыт по данной теме на РМО.

Таким образом, можно сделать вывод, что подвижные игры и состязания коренных народов Севера Сахалина передают особенности труда людей (охоты, рыбалки, оленеводства), а также неповторимый колорит народного творчества.

**Приложения**

1.Картотека подвижных игр коренных народов Сахалина для детей старшего дошкольного возраста.

2.Перечень и фото нестандартного физкультурного оборудования для подвижных игр коренных народов Севера Сахалина.

3.Фото физкультурных занятий.

**Список используемой литературы:**

1.Базанов А.Г., Певгова Л.В. Игры детей народов Крайнего Севера. - М.: Учпедгиз, 1949. 17-29 с.

2.Прокопенко В.И. Игры, состязания и этноспорт народов Севера Сахалина. Книга для учителя /В. И. Прокопенко. Южно-Сахалинск, 2015. - 296с.

3.Прокопенко В.И., Прокопенко В.В. Игры коренных малочисленных народов Севера Приамурья и Сахалина. Издательство Уральского университета. Екатеринбург, 2011. - 326 с.

4.Санги В.Н. Сказки

5.Суляндзига Р.В., Кудряшова Д.А., Суляндзига П.В. Коренные малочисленные народы Севера, Сибири и Дальнего Востока Российской Федерации. Обзор современного положения. Москва, 2003. 142 с.

6.Фролова А. Н. Традиционные игры коренных малочисленных народов как средство воспитания патриотизма. // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 13. – С. 591–595. Статья

7.Сайт Коренные малочисленные народы Севера, Сибири и Дальнего Востока. ru.wikipedia.org › wiki/ Народы Севера.