

**Завьялова Наталия Эдуардовна,**

Старший воспитатель, педагог-психолог МБДОУ № 29

**Мамлева Наталья Арсентьевна,**

Инструктор по физической культуре МБДОУ № 29

### **Консультация для педагогов МБДОУ**

**«Психофизическое оздоровление и формирование мотивации ЗОЖ у дошкольников на основе знакомства детей с народными традициями здорового образа жизни: «За здоровьем – вместе с народными традициями!»**

**Цель** - реализация комплексного подхода в системе работы по психофизическому оздоровлению и полиэтнокультурному образованию дошкольников через приобщение к истокам культуры народов России.

### **План**

1. Значение формирования у дошкольников мотивации ЗОЖ на основе знакомства детей с народными традициями здорового образа жизни для психофизического оздоровления в рамках полиэтнокультурного образования дошкольников (старший воспитатель, педагог-психолог Завьялова Н.Э.).
2. Формирование мотивации и культуры ЗОЖ, физическое оздоровление детей посредством использования народных подвижных игр в работе с дошкольниками (инструктор по физическому воспитанию, Мамлева Н.А.).
3. Фото-презентация «Стоп-кадр: «Моменты игры».

1. Здоровье – главная человеческая ценность во все времена: от далекого прошлого до современности. А здоровье наших детей – это и здоровье будущего поколения, и благополучие старшего поколения граждан России.

Понятие «здоровье» включает в себя физическое, психическое и социальное благополучие человека. Не зря гласит народная пословица: «В здоровом теле – здоровый дух». А «здоровый дух» - это психологически здоровая личность, которая заключает в себе вечные непреходящие ценности (доброе, заинтересованное, уважительное отношение к старшим, людям разных национальностей).

Центральной нитью в ФГОС ДО проходит основополагающий принцип – сохранение и укрепление здоровья дошкольников, формирование мотивации и навыков ЗОЖ у воспитанников детского сада (п.1.5.). Также одним из важных принципов ФГОС ДО является нравственное воспитание дошкольников, уважение к культуре народов страны, патриотическое воспитание (п.2.4.)

Полиэтнокультурное образование дошкольников как составляющая нравственно-патриотического воспитания детей играет огромную роль в сохранении и укреплении психологического здоровья воспитанников ДОУ. **Культура России – одна на всех.** Она создает вокруг нас единое культурное пространство, которое вбирает в себя самобытные пласты культуры создания традиционного жилища, народных костюмов, народных игр, народных ремесел, промыслов, традиционных праздников, народной кухни, устного народного творчества, песенного и танцевального фольклора.

С давних времен создавались народами России традиции здорового образа жизни:

- Обряды
- Подвижные игры

- Народный фольклор: сказки, детские потешки, пословицы и поговорки,
- Колыбельные песни
- обереги (куклы и предметы)
- традиционное питание

Чтобы воспитать у дошкольников потребность в соблюдении правил ЗОЖ, необходимо создать вокруг детей атмосферу, наполненную привычками и традициями здорового образа жизни.

В связи с вышесказанным, педагогам детского сада возможно и необходимо интегрировать работу по здоровьесберегающей деятельности и полиэтнокультурному образованию дошкольников через приобщение дошкольников к народным традициям здорового образа жизни.

Таким образом, нравственные ценности и навыки валеологического характера, заложенные в детском возрасте и основанные на народных традициях здорового образа жизни, станут прочным фундаментом для создания положительной мотивации к охране собственного здоровья во взрослой жизни.

2. Народные подвижные игры – один из пластов национальной культуры народов России и ближнего зарубежья. Многие из них между собой похожи, как братья-близнецы. Знакомясь с этими играми, дети находят в них общее и различие, радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У дошкольников формируются представления о важной роли физической активности для сохранения здоровья в традициях разных народов, а также устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре этносов, населяющих нашу страну, патриотические чувства.

### **Организация народных подвижных игр.**

Народные подвижные игры проводятся с детьми *как часть НОД*, в *свободной двигательной активности* дошкольников, а также в играх родителей с детьми в семейном кругу.

Предварительная работа:

- Ознакомление детей с национальными традициями, фольклором, обычаями, особенностями жизненного уклада народов;
- Подготовка игровых атрибутов для народных игр;
- Подготовка музыкального сопровождения

Руководит организацией игровой деятельности детей инструктор по физической культуре, воспитатели ДООУ, а также воспитанники детского сада и их родители.

**Принципы работы:**

- Принцип добровольного участия.
- Принцип позитивности;
- Принцип оптимизации развития.
- Принцип постоянной обратной связи.

**Примерный перечень игр народов России и ближнего зарубежья, используемых в двигательной деятельности дошкольников**

№ п/п	Народные игры	Игра – «близнец»	Место проведения подвижной игры
1.	«Волк в отаре» (киргизская)	«Коршун и наседка» (русская)	В помещении, на улице
2.	«Тимербай» (татарская)	«Игровая: у дядюшки Трифана» (русская)	В помещении, на улице
3.	«Продаем горшки» (татарская)	«Заря» (русская)	В помещении, на улице
4.	«День – ночь» (азербайджанская)	«Воробьи – вороны» (русская)	В помещении, на улице
5.	«Перетягивание палки»	«Перетягивание каната» (русская)	В помещении, на

	(армянская)		улице
6.	«Колдун» (украинская)	«Казачи-разбойники»	Предпочтительно, на улице
7.	«Терек» (киргизская)	«Шишки, желуди, орехи» (русская)	В помещении, на улице
8.	«Юрта» (башкирская)	-	В помещении, на улице

Данная технология использования народных подвижных игр в формировании мотивации и навыков ЗОЖ в контексте полиэтнокультурного образования дошкольников доступна большинству воспитателей и специалистов детского сада, не требует больших материальных затрат и может применяться в различных дошкольных образовательных учреждениях.

### **Список используемой литературы**

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
2. Кареева Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников. – Волгоград: Учитель, 2019.
3. Иванова Е.В. Проектная деятельность в детском саду. Спортивный социальный проект. – Волгоград: Учитель, 2018.
4. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2010.
5. Павлова М. А., Лысогорская М. В. Здоровьесберегающая система ДОУ. – Волгоград: Учитель, 2009.
6. Береснева З. И. Здоровый малыш: программа оздоровления детей в ДОУ. – М.: Сфера, 2005.