

**«Кубанские народные игры как средство нетрадиционного оздоровления дошкольников».**

Здоровье человека в значительной мере определяется уровнем его функциональных возможностей. Человек создан для активной деятельности, поэтому для нормального функционирования его организму необходима активность. Одна из характерных особенностей современного образа жизни, имеющая прогрессирующую тенденцию, состоит в сокращении объемов двигательной активности (гипокинезия) и мышечной работы (гиподинамия) в сочетании с нервно-психическими перегрузками. Для профилактики гипокинезии, а так же сохранение и укрепление здоровья дошкольников в свободной деятельности и в непосредственно организованной образовательной деятельности можно применять кубанские подвижные игры.

Игровому фольклору кубанцев свойственны ярко выраженные трудовая и военно-прикладная направленность. Казачьи игры отличаются историческим и бытовым содержанием, юмором, находчивостью, добродушием и смекалкой. Заметное влияние на игры оказали исторически сложившиеся особенности национальных культур разноязычного населения Кубани. Многие из игр, которые отражали бытовые обычаи и обряды отошли в прошлое. Однако нельзя допустить, чтобы замечательные игры забылись, затерялись. Ведь игры не просто детские забавы - это животворный источник мышления, благородных чувств и стремлений.

В условиях Краснодарского края представляется обоснованным и необходимым применение целого комплекса средств традиционной педагогики, элементов казачьей культуры и искусства, возрождающихся средств физического воспитания, в частности - самобытных подвижных игр. В них заложены огромные возможности для позитивного воздействия на духовный мир ребёнка и его физическое состояние. На протяжении трехсот лет на Кубани в среде казачества формировались самобытные народные игры, которые развивались, передавались от поколения к поколению. Каждая

игра, каждая забава имеет специфические функции, совершенствует физические способности, морально-волевые и духовно-нравственные качества личности.

Проанализировав историко-этнографические материалы, научно-методическую литературу, я пришла к выводу, что использование кубанских казачьих игр необходимо: они соответствуют педагогическим задачам, уровню физического развития и физической подготовленности дошкольников, способствуют планомерному оздоровлению детского организма и органично вплетаются в методики уже имеющихся образовательных программ.

Для проведения игр не требуется специальный спортивный инвентарь (помимо мячей, скакалок, гимнастических палок можно использовать подручный материал: камешки, веревки, палки, тряпичные мячи, набитые кусочками ткани либо опилками). Народные казачьи игры не требуют специального оборудованного места. Местом для игр может служить открытая площадка, лужайка, спортзал. Кубанские казачьи игры и забавы можно разделить на три вида: игры с предметами (игрушками, шарами, палками и др.) игры без предметов и символические игры. Ввиду своей универсальности проведения игры могут использоваться в разных возрастных группах. В ходе организации важное значение имеет применение считалок, певалок, речитативов. Например, «Латка- битка, шовкова нитка, на мэни нэ булла, на любви изныла».

Для обеспечения физического развития в современном дошкольном образовании необходимо использование передовых технологий. Главной целью этих инноваций является повышение заинтересованности дошкольников, усиление их мотивации, обеспечение реального индивидуального подхода.

Наиболее эффективные пути рационализации двигательной активности, позволяют обеспечить высокую оздоровительную эффективность организованных форм физической активности детей.

Таким образом, можно сделать вывод, что важнейшим компонентом здоровьесберегающей активности является рациональная организация двигательного режима, составной частью которого могут использоваться кубанские казачьи подвижные игры.

Барановская О.В., воспитатель  
МБДОУ МО г. Краснодар  
«Детский сад № 177»