**Мастер – класс** «Приобщение **школьников** к здоровому образу жизни через коми-пермяцкие подвижные игры».

Цель: Систематизировать представления педагогов о коми-пермяцких народных играх, как о форме приобщения **детей** к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Познакомить педагогов с некоторыми коми-пермяцкими народными играми

2. Закрепить знания участников **мастера** – класса об организации и проведении подвижных игр.

3. Повысить профессиональную компетентность участников **мастер – класса**

Материалы: мяч большого размера, атрибуты к подвижным играм *(платочки)*.

Участники: взрослые

Участники **мастер** – класса приглашаются занять свои места.

Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня **мастер** — класс будет посвящен коми-пермяцким народным играм и их значению в приобщении к здоровому образу жизни **школьников**.

Сегодня, как показывает статистика, наблюдается ухудшение здоровья **школьников**. Среди множества причин называют снижение двигательной активности. Проведенные исследования установили, что современные дети много времени уделяют компьютерным играм. А как мы знаем, долгое проведение за монитором компьютера ухудшает осанку, зрение, нервную систему **детей**. Недостаток движения у **школьников** приводит к потере здоровья.

Здоровье всегда считалось одной из высших ценностей человека, основой активной творческой жизни. Крепкое здоровье необходимо педагогу, потому что от него в огромной степени зависит здоровье подрастающего поколения.

Подвижные игры просто необходимы детям **школьного** возраста — они развивают координацию, благотворно влияя на вестибулярный аппарат, стимулируют кровообращение, укрепляя сердечно- сосудистую систему, способствуют формированию правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям.

В жизни коми-пермяцкого народа игры и игрища с глубокой древности занимали ведущее место, посвящены они языческим праздникам. Действиями игры люди пытались обеспечить себе будущий успех в предстоящих делах. Древняя игра есть магический ритуал, в котором желаемое изображается за действительное, настоящее проецируется на будущее.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, волю и стремление к победе.

Несомненна роль народной игры в умственном **воспитании детей**. С ее помощью они познают окружающий мир, овладевают пространственной терминологией. Учатся осознанно действовать в изменившейся игровой ситуации, соблюдать правила игры развивается внимание, мышление, воображение, память.

Подвижные игры способствуют развитию речи ребенка, с их помощью обогащается словарный запас, так как игры часто сопровождаются песнями, стихотворениями считалками. В играх совершенствуется эстетическое **восприятие мира**. Дети познают красоту движений их образность, у них развивается чувство ритма. Они несут в себе разную социальную направленность. Приобщаются к национальной культуре. Во время подвижных игр у **детей** совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость.

Каждая игра начинается с выбора водящего. Чаще всего это происходит с помощью считалки. Считалка – это древнее заклинание, позволяющее распределять трудную и опасную работу между людьми. Позже когда человеческая жизнь изменилась, считалка перешла в детскую игру. Она помогает выбрать ведущего, распределить роли весело, без обмана и обид.

В своей работе при проведении подвижных игр я учитываю возрастные особенности**детей**, физическую подготовленность, количество **детей** и условия проведения.

Ход:

Мы с вами поиграем в удмуртские народные игры с мячом, с платочком: *«Игра с платочком»*, *«Пось картошка»*.

Уважаемые коллеги! Я предлагаю вам встать в круг, и сначала поразмять пальчики: Писэйпиос

Милям кочышмылэн

Дас писэйпиез вордскем:

Кык зокез, кык шаплыез,

Кык кузез, кык пояськисез,

Кык туж пичиосыз –

Тужгес чеберъесыз.

потом передавая мячик, друг другу, поделитесь секретами сохранения и укрепления своего здоровья, и как вы заботитесь о здоровье своих **воспитанников**? *(Участники****мастер****– класса выполняют задание)*.

*(Считалка)*

Мон, тон, со,

Мон, тон, со,

Ми, ти, соос,

Ми, ти, соос –

Кин вылэ лыдзон дугдоз,

Со ик уылись луоз.

Мон но, тон но, Паримон,

Онтонлы луоз коньдон.

Вить, куать, дас куать,

Тон но, мон но одиг кадь.

*«ИГРА С ПЛАТОЧКОМ»*

Играющие встают в круг парами, друг за другом. Выбирают двух водящих. Одному из них дают платочек. По сигналу ведущий с платочком убегает. А второй ведущий догоняет его. Игра проходит за кругом. Ведущий с платочком может передать платочек любому играющему, стоящему в паре, и встать на его место. Таким образом, ведущий с платочком меняется. Ведущий, оставшийся без пары, догоняет ведущего с платочком.

ПРАВИЛА. Играющий убегает только тогда, когда получит платочек. Когда ведущий с платочком пойман вторым ведущим. То второму ведущему дается платочек, а следующий ведущий выбирается из числа **детей**, стоящих парами. Игра начинается по сигналу

Рефлексия:

В заключении нашего **мастер** – класса я предлагаю провести еще одну игру. Мы сейчас с вами будем под музыку класть в корзину флажки красного цвета, желтого и синего.

Красный цвет *(очень понравилось, много нового взял для себя)*

Желтый цвет *(понравилось, но ничего нового для себя не взял)*

Синий цвет *(не понравилось)*.

Спасибо. Я благодарю вас за сотрудничество.

Удачи всем!

Список используемой литературы:

1. А. В. Кенеман *«Детские подвижные игры народов мира»*. Издательство*«Просвещение»* Москва. 1988 год

2. Ю. А. Кириллова *«Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе»*; Издательство ДЕТСТВО – ПРЕСС, Санкт – Петербург 2006 год