

**ТЕЗИС доклада «Сын – будущее народа»  
руководителя физического воспитания МДОУ ЦРР – д/с №8 «Сардаана»  
с. Бердигестях МР «Горный улус» РС (Я)  
Яковлевой Саргыланы Иннокентьевны**

**Актуальность.** У народа саха существует целая система обрядовых традиций воспитания мальчиков, в которой народ закладывает особый смысл развития ребенка по естественной природе и «зашифровывает» код его дальнейшего развития, моделирует судьбу и жизнь достойного мужчины.

Культовые традиции народа оказывают огромное влияние в воспитании детей в духе личной причастности к происходящему вокруг себя. Они учат мальчиков проявлять солидарность не только тогда, когда угрожает опасность жизни, но и в мирное время в укреплении мирных, духовно – нравственных основ жизни. Народные игры, состязания, забавы являются отличным способом повышения их двигательной активности, способствуют повышению общей работоспособности, улучшению психоэмоционального состояния. Через этику народных игр и видов спорта воспитываются уважения к людям, развивается чувство товарищества и доброты, справедливого отношения к сопернику. Представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе.

Следовательно, нашим детям нужна активная деятельность, способствующая повышению жизненного тонуса, удовлетворяющая их интересы, социальные запросы.

**Практическая значимость.** Разработка и использование якутских подвижных игр должно способствовать развитию физических качеств детей старшего дошкольного возраста.

**Цель.** Формирование основ здорового образа жизни старших дошкольников посредством якутских национальных игр.

**Задачи:**

1. Изучить психолого – педагогическую литературу по теме.
2. Подбор подвижных игр с учетом возрастных особенностей.
3. Выявить уровень физического развития детей дошкольного возраста.
4. Содействовать раскрытию индивидуальных физических способностей детей.
5. Создать единую этнокультурную образовательную среду для дошкольников с приобщением педагогов и родителей.

**Методологической основой исследования** являются научно-теоретические учения П.Ф. Лесгафта, Е.А. Аркина; исследования Е.Н. Вавиловой, Т.И. Осокиной, М.А. Чудиновой, Н.К. Шамаева.

Физическое воспитание ребёнка есть база для всего остального. Без правильно поставленной физкультуры и спорта мы никогда не получим здорового поколения. При помощи воспитания каждый народ продлевает себя в детях, генерирует свой национальный дух, характер, традиционную культуру, способ жизни. Наш детский сад ЦРР "Сардаана" является национальным, который обеспечивает этнизацию ребёнка в духовный мир и традиционную жизнь народа.

Сегодня мир ставит перед нами новые вызовы, меняются моральные устои общества. В этих условиях мы должны сделать все возможное для того, чтобы возродить семейные ценности, передать подрастающему поколению традиции и заветы наших великих предков.

Испокон веков именно сын является продолжателем рода, наследником, защитником и кормильцем родителей в старости. По этому рождение сына у народа саха всегда воспринималось как особенное радостное событие.

Указом Главы Республики Саха (Якутия) от 6 февраля 2017 года № 1720 в целях укрепления института семьи и семейных ценностей, учитывая важное общественно-политическое значение воспитания достойных сыновей, установлен День сына. Праздник отныне будет отмечаться ежегодно во второе воскресенье апреля.

Инициативу об учреждении Дня сына в Республике Саха (Якутия) и проведении его во второе воскресенье апреля внесло Якутское региональное отделение Всероссийского общественного движения «Матери России» (председатель Борисова П.П.).

Установление Дня сына в Республике Саха (Якутия) послужит укреплению семейных ценностей, роли будущего отца семьи и воспитания достойного сына Родины.

### **Якутские подвижные игры**

Якутская философия гласит: "Устойчивость в суставах, гибкость в спинном хребте - главные признаки здоровья, долговечности организма, в приобретении которых большое значение имеют народные игры"

У якутского народа была своя методика физического воспитания детей в семье, при которой на первый план выдвигались игры, закалка и физический труд.

Свой опыт работы я начала с изучения якутских подвижных игр. Сперва подбирала подвижные игры, с учетом возрастных особенностей, определила какие физические качества конкретно развивает данная игра, затем составила примерные классификацию игр по степени усложнения. Например,

- игры, развивающие быстроту, ловкость, ориентировку,
- игры, развивающие мелкие мышцы рук, зрительный аппарат
- игры, развивающие прыгучесть, силу ног итд.

Количественный и качественный анализ результатов диагностики свидетельствует о результативности проведенной работы: улучшились физические качества детей, повысился темп прироста за счет целенаправленной работы физического воспитания. Поэтому мы считаем эффективным средством использование возможности якутских подвижных игр в физическом развитии старших дошкольников.

### **Использование национальных видов спорта.**

Прыжки через нарты.

Национальные прыжки являются прекрасным средством физического развития, выработки координации, выносливости, ловкости и силы. Мы используем атрибуты, сделанные из пластика, которые очень легкие и не травматичные, высотой 20 см. Нарты (предметы) ставятся на ровной площадке поперечно направлению движения. Дети должны перепрыгивать через препятствия отталкиваясь двумя ногами без остановки. После прыжка через последнюю нарту ребенок поворачивается лицом к нарте и продолжает прыжок в обратном направлении. Надо приземляться легко на носках, согнутыми коленями, согласуя движения рук движениями ног. Это трудное упражнение, но все дети хотят прыгать так легко и красиво как наши чемпионы.

Раньше стрельба из лука использовалась для охоты, добычи пищи. В настоящее время является одним из видов спорта. Улучшает физическую силу и психическую устойчивость. Развивает терпение, уверенность в своих силах, воспитывает дисциплину. Мы используем детский лук с присосками, цветную мишень, расстояние между ними 3м. Сперва надо выяснить, ребенок левша или правша и выбрать правильное положение тела. Учатся заряжать стрелу, прицелиться и выпустить стрелу. Этот вид спорта больше всего подходит для детей склонных к индивидуальным занятиям.

Самый популярный вид спорта в Якутии - мас - рестлинг (перетягивание палки) признанный в Российской Федерации и введен в 2003г во всероссийский реестр видов спорта. Современное название единоборства предложил первый олимпийский чемпион по вольной борьбе из народа саха Роман Дмитриев. Новый вид единоборства в короткие сроки стал пользоваться большой популярностью в России и за ее пределами. Для проведения состязания необходимо приготовить доску длиной 1.5-2м, палку длиной 70-80см. Дети садятся друг против друга, упираясь прямыми или согнутыми ногами о доску, палку держат любым хватом. По сигналу соперники начинают перетягивать палку. Победителем объявляют того, у кого в руках и на чьей стороне окажется палка. Организовать такие соревнования мне помогают родители, энтузиасты и любители национальных видов спорта.

## **Работа с родителями.**

Главными участниками по физическому воспитанию бесспорно являются наши родители, ежегодно для них проводится соревнование "Папа, мама и я - спортивная семья", "Байанай" - состязание для охотников, добытчиков семьи, где участвуют отец с сыном. Именно в таких праздниках закрепляются двигательные качества, воспитывается чувство гордости за свою семью, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам.

Традиционным стал спортивный конкурс-состязание "Уруц Уолан", посвященный ко Дню сына в республике, где дети показывают перед своими родителями, друзьями свои умения и навыки в национальных видах спорта, к чему научились в течение года. Заранее придумывают приветственное слово участника, мамы старательно готовят своим мальчикам национальные костюмы в образе богатыря, отцы поддерживают мальчиков и дают ценные советы в трудные минуты.

Также мы без внимания не оставляем своих девочек. Они посещают кружок по гимнастике, участвуют в различных конкурсах по хореографии, в спортивных танцах. Еще в дошкольные годы стараемся заложить у них - нежность, мягкость, аккуратность, стремление к красоте.

Мы как малочисленный народ особое внимание уделяем нашим мальчикам, от того какими они вырастут, зависит будущее нашей республики, страны. Воспитание достойного сына, будущего продолжателя рода, защитника Родины - основа крепкой семьи.