

**Мастер-класс для родителей**

**«Русская народная подвижная игра, как средство приобщения дошкольника к здоровому образу жизни»**

Подготовили:

Воспитатель Рябинкина Лина Юрьевна;

Воспитатель Тригуб Юлия Михайловна

**Цель:** эффективное использование народных игр, как одного из средств, приобщения дошкольника к ЗОЖ.

**Задачи:**

1. Формирование основ ЗОЖ, развитие двигательных способностей, умений и навыков при помощи русской народной подвижной игры.
2. Развивать интерес и расширять круг представлений о разнообразии русских народных подвижных игр.
3. Познакомить детей с правилами русской народной подвижной игры, способами организации выбора водящего (зазывалки, считалки, угады, сговоры, певалки, уговоры, жеребьевки), проявлять в игре находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность.
4. Формировать у детей чувство причастности к истории, культуре, традициям русского народа, используя русскую народную подвижную игру.
5. Создавать условия для формирования взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, проявление сопереживания, взаимопомощи.
6. Привлечь родителей к воспитательно-образовательному процессу.

**Ведущая:**

Начинаем, начинаем

Всех на праздник приглашаем.

Всех девчонок и мальчишек

И тихонь и шалунишек.

Скучать сегодня запрещается

Наш праздник начинается.

А ну-ка, маленький народ

Становись-ка в хоровод!

**Хоровод «Плетень» под музыку (девочки)**

**Ведущая:** Пришли сюда мы скуку разогнать

Пришли повеселиться, поиграть.

Сегодня будут игры, смех

Радости хватит на всех.

Я принесла вам интересную игру, она про сказки, называется «Добовлялки»

*Ок-ок-ок – покотился .....(колобок)*

*Цо-цо-цо – снесла курочка .....(яйцо)*

*Су-су-су – петушок прогнал .....(лесу)*

*Йок-йок-йок – не садись на .....(пенёк)*

**Ведущая:** Молодцы ребята! Хорошо сказки знаете. И для родителей кое-что принесла: Нужно узнать главного героя сказки.

*– Предлагаю новое корыто, избу в обмен на стиральную машину «indesit» (золотая рыбка)*

*– Несу золотые яйца..... (Курочка ряба)*

*– Отмою всё.....(Мойдодыр)*

*– Потерян ключ из драгоценного металла.....(Буратино)*

*– Ветеринарные услуги с выездом в любую часть света.....(Д.Айболит)*

Молодцы!

**Ведущая:** В мире народных много сказок, пословиц, русских народных песен, но мы сегодня с вами поиграем в русские народные игры.

Вы хотите поиграть?

**Дети:** Да!

**Ведущая:** Ну тогда не зевай и в игру играть вставай!

Игры часто сопровождаются любимыми считалками и зазывалками. Считалок и зазывалок много.

Вот одна из таких зазывалок:

*Приглашаю детвору*

*На веселую игру,*

*А кого не примем*

*За уши поднимем.  
Уши будут красные,  
До того прекрасные.*

Первая игра, в которую я хочу вас пригласить поиграть, называется «Малечина-колечина».

### **1. «Малечина-калечина»**

Условия игры просты и доступны даже детям. Участники игры выбирают по жребию или по считалке «малечину», то есть игрока, который берёт заранее подготовленную палочку с заострённым концом, ставит её на кончик указательного пальца или на ладонь.

Придерживая её другой рукой, говорит заветные слова, обращаясь к малечине:

*Калечина* *–малечина,*

*Сколько* *часов* *до* *вечера?*

После этого он старается как можно дольше продержать палочку в вертикальном положении. С этого момента, другие участники ведут счет. Если палочка потеряет равновесие, малечиной становится другой игрок, тоже выбранный по жребию. Выигрывает тот из участников игры, кто дольше всех продержит палочку.

### **2. «Ручеек»**

Играющие встают друг за другом парами, обычно мальчик и девочка берутся за руки и держат их высоко над головой. Из сцепленных рук получается длинный коридор –

"ручеек". Игрок, которому не досталась пара, идет к истоку "ручейка" и произносит такие слова:

*Ручей, ручей, ручеек!*

*Здравствуй, миленький дружок.*

*Можно с вами поиграть?*

Дети стоящие в колонне отвечают:

*Ты скорее забегай и друзей здесь выбирай!*

После этого играющий быстро проходит под сцепленными руками и ищет себе пару. Взявшись за руки, новая пара пробирается в конец коридора, а тот, чью пару разбили, идет в начало "ручейка". И проходя под сцепленными руками, уводит с собой того, кто ему понравился. "Ручеек должен двигаться быстро.

Для завершения игры использую слова, которые произносят все играющие дети хором :

*В ворота ручей бежит*

*И тихонечко журчит.*

*Ручей. ручей, ручеек!*

*Спасибо миленький дружок!*

*Хорошо мы поиграли*

*Все друзей своих узнали.*

### 3. «Сундук»

Участники закрывают глаза, одной рукой держась за сундук, во второй руке держат подушку. Спрашивают «*Ты где?*» и пытаются попасть друг по другу.

### 4. «Золотые ворота»

Двое становятся лицом друг к другу, берутся за руки и поднимают их, как бы образуя ворота. Остальные берутся за руки и хоровод начинает двигаться, проходя под «воротами». Хоровод нельзя разрывать! Все хором произносят такие слова (сначала, пока ребята не разучили присказку, взрослый может говорить ее один) :

*Золотые ворота*

*Пропускают не всегда.*

*Первый раз прощается,*

*Второй - запрещается.*

*А на третий раз*

*Не пропустим вас!*

«Ворота» закрываются при последнем слове и «ловят» того, кто оказался в них. Задержанного спрашивают, на чью сторону он хотел бы стать, и тот встает за спину одного из участников «ворот». Чтобы не быть пойманными, идущие невольно ускоряют шаг, иногда переходят на бег, а ловящие, в свою очередь, меняют скорость речитатива. Игра становится более подвижной и веселой. Игра продолжается до тех пор, пока не останется двое не пойманных играющих, они и станут следующими «воротами».

### 5. «Шишки-желудки-орехи»

Играющие встают по три один за другим лицом к центру. Водящий - в центре. Первые в тройках – «шишки», вторые - «желуди», третьи – «орехи».

По сигналу водящий произносит любое из трех названий, данных участникам игры. Допустим, «Орехи!». Все играющие, названные «орехами», должны поменяться местами. Водящий стремится встать на любое освободившееся место. Если ему это удастся, то игрок, оставшийся без места, становится водящим, а водящий – «орехом». Если водящий скажет «Желуди!» - меняются местами стоящие вторыми в тройках, а если «Шишки!» - стоящие первыми в тройках. Можно одновременно выкрикнуть 2 названия или даже 3. И все названные должны поменять свои места. Побеждают игроки, которые ни разу не были водящими или были ими меньшее число раз.

### 6. «Зайка-разгребайка»

На пол положить две палки крест-на-крест, участники должны прыгать, наступая между палками в темп музыке.

## **7. «Кошки-мышки».**

Делится опытом родитель воспитанника.

**Ведущие:** Дружно с вами мы играли,

И нисколько не скучали,

А теперь пришла пора

Чай отведать, господа.

**Чаепитие с родителями и воспитанниками группы.**

**Подведение итогов и обмен мнениями.**