

## РЕЦЕНЗИЯ

на методическую разработку «Формирование навыков здорового образа жизни у дошкольников с использованием здоровьесберегающих технологий», автор – воспитатель МДОУ детский сад комбинированного вида №7 с. Кухаривка МО Ейский район  
**Авдеева Наталья Анатольевна**

Рецензируемая разработка предназначена для воспитателей, руководителей и других педагогических работников ДОУ. Общее количество страниц – 49, сопровождается подробными приложениями.

Актуальность разработки заключается в том, что изучение проблем детского здоровья в наше время приобретает особую актуальность. Сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны. Понимая актуальность данной темы на сегодняшний день, назрела необходимость создать организационные и методические условия для построения здоровьесберегающего пространства и активного вовлечения родителей в процесс воспитания здорового ребёнка. Автор реализует отражённую в Федеральном государственном стандарте дошкольного образования образовательную область «Физическое развитие» с интеграцией образовательных областей: познание, коммуникация, социализация.

Цель создания методической разработки – повышение профессиональной компетентности воспитателей в организации условий здоровьесберегающего пространства в ДОУ и разработка системного подхода к укреплению физического, психического и нравственного здоровья участников образовательного процесса.

Содержание разработки представляет собой исследование методов и нетрадиционные форм, которые используются в работе по физическому развитию детей в ДОУ и методические рекомендации по формированию здорового образа жизни и оздоровлению детей в дошкольном учреждении (, конспекты НОД, взаимодействие с родителями, картотеки – стретчинг, ритмопластика, дыхательная гимнастика и др.). Данная разработка реализует ряд принципов современной дидактики и теории воспитания дошкольников; комплексно подходит к решению проблемы сохранения, укрепления и коррекции здоровья дошкольников.

Методическая ценность – богатое приложение открывает перед педагогами возможности использования различных форм работы с детьми, с педагогами, родителями по здоровьесбережению. Авторская разработка включает в себя основные направления блоков: организационный, диагностический, физкультурно-оздоровительной работы, коррекционный, профилактический, консультационный.

Целевые ориентиры педагогического опыта разработаны в соответствии с основными положениями ФГОС ДО. Материал характеризуется широким диапазоном педагогического поиска и может быть рекомендован к внедрению в дошкольных образовательных учреждений.

Кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры профессиональной педагогики,  
психологии и физической культуры  
филиала ФГБОУ ВО «Кубанский государственный  
университет» в г. Славянске-на-Кубани

« 8 » сентября 2021 г.

Р.А. Лахин



Лахин Р.А. достоверно  
куррив, 0.21.

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад  
комбинированного вида №7 с. Кухаривка МО Ейский район

**Методическая разработка**  
**«Формирование навыков здорового образа жизни**  
**у дошкольников с использованием**  
**здоровьесберегающих технологий»**

Автор: Авдеева Наталья Анатольевна,  
воспитатель

**КОПИЯ  
ВЕРНА**

*Завер. Олеша*

-2021г-

*Е.М. Авдеева*



## Содержание.

<b>1. Введение</b> .....	3
<b>2. Пояснительная записка</b> .....	4
<b>3. Основная часть</b> .....	6
Использование здоровьесберегающих технологий, как средство формирования навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.	
2.1. Игровой стретчинг.....	6
2.2. Ритмопластика.....	7
2.3. Дыхательная гимнастика.....	10
<b>3. Заключение</b> .....	12
Приложение №1.....	12
Игровой стретчинг:	
«Утенок Кряк»	
«Ходьба»	
«Бабочка»	
«Змея»	
«Велосипед»	
«Птица»	
«Кошка»	
«Веточка»	
«Рыбка»	
Приложение №2.....	16
1. Конспект по ритмопластике «Здравствуй осень» (2-3 года)	
2. Конспект по ритмопластике «Волшебная шкатулка» (3-4 года)	
3. Конспект по ритмопластике «В гости к мышке» (4 – 5 лет)	
4. Конспект по ритмопластике «Путешествие в страну гномов» (5 – 7 лет)	
Приложение №3.....	31
1. Комплекс дыхательных гимнастик для детей 1 и 2 младших групп	
2. Комплекс дыхательной гимнастики для укрепления иммунитета (1 и 2 младшие группы)	
3. Комплексы дыхательной гимнастики для средней группы	
4. Комплекс дыхательных упражнений игрового характера (средний возраст)	
5. Дыхательные имитационные упражнения (старший возраст)	
6. Комплекс дыхательных упражнений игрового характера (старший возраст)	
7. Конспект ОД по дыхательной гимнастике в старшей группе.	
«В гости к кошечке»	
Библиографический список.....	49

КОПИЯ  
ВЕРНА



*С. В. Демидова*

## Введение

«Я не боюсь ещё и ещё раз повторять: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В.А. Сухомлинский

Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника.

Что же такое здоровье? Обратимся к «Словарю русского языка» С.И. Ожегова: «Правильная, нормальная деятельность организма». В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Именно поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

Естественно перед каждым педагогом возникают вопросы: как организовать деятельность дошкольников, чтобы дать каждому ребенку оптимальную нагрузку с учётом его подготовленности, группы здоровья? Как развивать интерес к занятиям физкультуры, потребность в здоровом образе жизни? Поэтому возникает проблема, актуальная как для педагогической науки, так и для практики: как эффективно организовать воспитательно-образовательный процесс без ущерба здоровью дошкольников? Ответить на него можно при условии подхода к организации воспитания и обучения с позиции трех принципов валеологии: сохранение, укрепление и формирование здоровья.

Неоспоримо, что основная задача детского сада - подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог просто взрослый ответственный человек



*С.М. Демидов*

бесстрастно относится к неблагоприятному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот вопрос и стала востребованность использования здоровьесберегающих образовательных технологий.

В наше время, практически не встретишь абсолютно здорового ребенка. В связи с ухудшающимся уровнем здоровья воспитанников, существует необходимость организации образовательной деятельности с акцентом на решение оздоровительных задач физического воспитания, не нарушая при этом образовательной составляющей процесса.

## 2. Пояснительная записка

Проблема воспитания здорового образа жизни у детей занимает одно из центральных мест в разработке научных основ детской практической психологии и педагогики. Авторами в последние годы выдвигаются требования пересмотра и коренного изменения программ, средств и методов гигиенического обучения и воспитания, внедрения принципов культуры здорового образа жизни, приведения их в соответствие с изменившимися социально-экономическими условиями жизни населения. Поэтому основная задача дошкольного учреждения заключается:

- в организации работы с детьми на основе изученных видов, приёмов и методов здоровьесбережения (комплексы дыхательной гимнастики, гимнастики пробуждения, подвижные игры, физкультминутки и т.д.)
- в реализации инновационных здоровьесберегающих технологий в течение всего времени пребывания дошкольника в детском саду;
- использование валеологических приемов для мотивации к здоровому образу жизни;
- использование информационно-коммуникативных технологий;

Основываясь на принципах педагогической валеологии, здоровье ребёнка можно считать достигнутой нормой, если он:

- в физическом плане - умеет преодолевать усталость, здоровье позволяет действовать в оптимальном режиме;
- в интеллектуальном плане - проявляет хорошие умственные способности, любознательность, воображение, самообучаемость;
- в нравственном плане - честен, самокритичен, эмпатичен;
- в социальном плане - коммуникабелен, понимает юмор, сам умеет шутить;
- в эмоциональном плане - уравновешен, способен удивляться и восхищаться.

Здоровье детей во многом детерминировано социально-экономическими условиями. По мнению Г.С. Никифорова, В.А. Ананьева, И.Н. Гурвича, здоровье человека более чем на 50% зависит от окружающей среды и на 15 - 25% - от наследственности и системы здравоохранения. Применительно к детям обусловленность здоровья социальными условиями

**КОПИЯ  
ВЕРНА**

*Завед.*



*Е.М. Деметра*

становится еще больше. Ведущими формирующими факторами применительно к детям оказывается - режим дня, экология, внутренняя среда помещений, организация физического воспитания, медико-санитарная помощь.

Двигательный режим является обязательной составляющей общего распорядка дня и включает в себя: физкультурные занятия, физические упражнения, физминутки и паузы, гимнастику и психогимнастику, подвижные и спортивные игры, спортивные досуги, самостоятельную двигательную активность ребенка.

Педагогическая эффективность всех этих средств определяется двумя условиями: комплексным их использованием и применением всего разнообразия методов физического воспитания.

В процессе формирования ценностного отношения детей к здоровью и ЗОЖ рекомендуется использовать комплекс как традиционных, так и специфических средств физической культуры.

Традиционные средства физической культуры совершенствуют физические качества, формируют двигательные умения и навыки, укрепляют здоровье, но они не позволяют в полной мере сформировать ценностное отношение к здоровью и ЗОЖ. Поэтому поднимается вопрос о применении инновационных технологий в ДОУ, так как внедрение инноваций в работу образовательного учреждения – важнейшее условие совершенствования и реформирования системы дошкольного образования.

Здоровьесберегающие технологии это один из видов современных инновационных технологий, которые направлены на сохранение и улучшение здоровья всех участников образовательного процесса в ДОУ. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ по ФГОС отлично сочетаются с традиционными формами и методами в педагогике, дополняя их различными способами осуществления оздоровительной работы.

**Цель здоровьесберегающих технологий:**

обеспечить дошкольнику высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья. Решению этой цели подчинены многие задачи, которые решает педагог в процессе своей деятельности. Педагоги в детских садах учат детей культуре здоровья, как ухаживать за своим телом, то есть осознанному отношению к своему здоровью, безопасному поведению.

**Задачи здоровьесберегающих технологий:**

- объединить усилия сотрудников и родителей для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и профилактике нарушений плоскостопия и осанки.
- обучить детей безопасному поведению в условиях чрезвычайных ситуаций в природе и мегаполисе.



*Е. М. Кузнецова*

-осуществить преемственность между дошкольным образовательным учреждением и школой средствами физкультурно-оздоровительной работы.

**Принципы здоровьесберегающих технологий:**

- принцип «Не навреди!»;
- принцип сознательности и активности;
- непрерывности здоровьесберегающего процесса;
- систематичности и последовательности;
- принцип доступности и индивидуальности;
- всестороннего и гармонического развития личности;
- системного чередования нагрузок и отдыха;
- постепенного наращивания оздоровительных воздействий;
- возрастной адекватности здоровьесберегающего процесса.

### 3. Основная часть

**«Использование здоровьесберегающих технологий, как средство формирования навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста»**

#### 3.1. «Игровой стретчинг»

Заболеваемость растет с каждым годом, несмотря на все достижения медицины, и при этом «молодеет»: уже среди воспитанников детских садов многие дети страдают хроническими заболеваниями, имеют патологическую осанку, нарушения опорно-двигательного аппарата.

Настоящего физического здоровья и душевного равновесия достигает лишь тот, кто с детства научился жить в гармонии с собой и с природой, научился управлять своим разумом, способен реализовать свои физические и духовные способности. Методика игрового стретчинга (или, по-другому, стрейчинга) направлена на активизацию защитных сил организма детей, овладение навыками совершенного управления своим телом и психоэнергетической саморегуляции, на развитие и высвобождение творческих и оздоровительных возможностей подсознания.

#### Что такое игровой стретчинг?

Игровой стретчинг – это специально подобранные упражнения на растяжку мышц, проводимые с детьми в игровой форме. Это творческая деятельность, при которой дети живут в мире образов, зачастую не менее реальных для них, чем окружающая действительность. Реализация игровых возможностей в целях оздоровления и развития ребенка и составляет суть стретчинга. Причем все занятия проводятся в виде сюжетно-ролевой или тематической игры, состоящей из взаимосвязанных ситуаций, заданий и упражнений. Методика игрового стретчинга основана на статичных растяжках мышц тела и **суставно-связочного аппарата** рук, ног,

**КОПИЯ  
ВЕРНА**

*Забегина*





### Занятие игровым стретчингом «Утенок Кряк»

После ходьбы и разминки дети выполняют упражнение «Зернышко» для подготовки позвоночника к основной нагрузке.

Исходное положение (далее «И.п.»): сидя на корточках, пятки на полу, ноги вместе. Пальцы рук сцепить в замок и вытянуть вперед - вниз, опустив голову, чуть наклонив туловище.

Раз! – медленно поднимаясь, выпрямить ноги, а затем, одновременно поднимая туловище и прямые руки и не отрывая пятки от пола, вытянуться вверх, развернув ладони.

Два! – руки через стороны опустить вниз.

После этого дети садятся в позу «Индеец», в которой находятся все время между выполнением упражнений. (Сесть на пятки, руки положить на бедра, локти развести в стороны. Представить себя вождем индейцев с гордой осанкой и все время за ней следить.)

Далее начинается игра...  
 – Жил-был на большом дворе утенок. Звали этого утенка Кряк. Утенок Кряк очень любил плавать и купаться и мог целыми днями плескаться в большой луже прямо посреди двора. Вода в луже всегда была теплая, и лужа была такая большая, что утенку казалось, будто он отважный капитан, который плавает по океану.

Однажды на двор, где жил Кряк, залетела дикая утка и стала рассказывать, что недалеко есть чудесное Голубое озеро с чистой и прозрачной водой. Утенку так захотелось увидеть это озеро, что он решил отправиться в путь и обязательно в нем поплавать.

### Занятие игровым стретчингом «Ходьба»

Предупреждает развитие плоскостопия, способствует развитию подвижности суставов ног, улучшению осанки. (И.п. – сесть в позу прямого угла, ноги вместе, носки вытянуты, руки в упоре сзади – высокий упор. Попеременно тянуть носки на себя, придерживаясь ритма музыки. Дыхание произвольное.) Шел утенок, шел и дошел до луга. А трава на лугу высокая, густая – никак не разглядеть Кряку, куда идти дальше. Опечалился утенок: «Неужели придется идти назад и я не увижу Голубого озера?» Вдруг видит – летит бабочка.

### Занятие игровым стретчингом «Бабочка»

Усиливает внутриполостное давление, что оказывает сильное воздействие на органы брюшной полости. Создавая общее напряжение в ногах и бедрах, стимулирует действие подкожных нервов.

(И.п. – сесть в позу прямого угла, согнуть ноги в коленях, соединить стопы. Колени развести. Руками обхватить стопы ног, спина прямая. Опустить развернутые колени до пола. Задержаться нужное время. Поднять колени с пола. Дыхание произвольное, движения динамичные.)

– Эй, бабочка, постой! – закричал Кряк.



*Забур*

*Васильева*



– Чего тебе, утенок? – спросила бабочка.

– Милая бабочка, не могла бы ты показать мне дорогу к Голубому озеру?

– Хорошо, – согласилась бабочка, и они отправились в путь.

Но не успели пройти и пяти шагов, как вдруг откуда-то сбоку послышалось шипение, и прямо перед ними дорогу перегородила змея.

### **Занятие игровым стретчингом «Змея»**

Повышает внутриполостное давление, прямые мышцы брюшного пресса растягиваются. В результате обильного притока крови к позвоночнику и симпатическим нервам все внутренние органы обильно снабжаются кислородом и питательными веществами, что способствует улучшению их работы. Преодолевается скованность позвоночника и его деформация.

Активизируется работа почек, улучшается мозговая деятельность, нервная проводимость. Отгибание головы назад способствует притоку крови к миндалинам, что помогает при простудных заболеваниях, ангинах.

(И.п. – лечь на живот, ноги вместе, руки в упоре возле груди на полу.

Медленно поднимаясь на руках, поднять сначала голову, затем грудь.

Прогнуться, насколько возможно, не очень сильно запрокидывая голову назад. Живот лежит на полу. Задержаться нужное время. Медленно вернуться в исходное положение. Вдох в первой фазе, выдох во второй.)

– Почему вы так шумите и не даете мне отдыхать после обеда? – грозно прошипела змея.

– Извините нас, пожалуйста, госпожа змея. Я ищу дорогу к Голубому озеру, и вовсе не хотел вас тревожить, – пролепетал испуганный утенок.

– Ладно, повезло тебе, утенок, что я сыта, – проворчала змея и уползла. Кряк обернулся по сторонам в поисках бабочки, но ее нигде не было видно. Очень огорчился утенок Кряк и совсем уже хотел повернуть обратно домой, как вдруг увидел высоко в небе птицу и побежал за ней.

### **Занятие игровым стретчингом «Велосипед»**

Оказывает большое воздействие на поджелудочную железу, что предохраняет от диабета. Восстанавливает и очищает органы пищеварения.

(И.п. – лечь на спину, руки положить за голову. Поднять ноги, носки оттянуты. Попеременно выпрямлять и сгибать ноги, не опуская их на пол. Движение динамичное, дыхание произвольное.)

– Птичка, ты не знаешь, где Голубое озеро? – как можно громче закричал утенок.

– Отведи меня к нему, пожалуйста!

– Хорошо, утенок, беги за мной, – ответила птица.

И Кряк быстро побежал за летящей птицей.



### **Занятие игровым стретчингом «Птица»**

Растягивает мышцы спины и ног, воздействует на поясничные нервы. Предупреждает функциональные расстройства желудка, печени, кишечника, селезенки. Улучшает гибкость позвоночника благодаря максимальной продольной нагрузке на него. Способствует увеличению роста.

(И.п. – сесть в позу прямого угла, ноги развести как можно шире, носки оттянуть, руки соединить за спиной «полочкой», спина прямая. Раз! – взмах руками, наклон к правой ноге, стараемся дотянуться до носка, задерживаемся. Два! – возвращаемся в и.п. Три! – тот же наклон к левой ноге, Четыре! – и.п. Вдох при взмахе, выдох при наклоне.)

Очень скоро луг кончился, и перед утенком открылось чудесное озеро. Вода в озере была чистая, прозрачная, и в ней отражалось голубое небо. На берегу сидела большая рыжая кошка, которая что-то высматривала в воде и не заметила утенка.

### **Занятие игровым стретчингом «Кошка»**

Избавляет от скованности позвоночника и его деформации. Помогает детям разработать мимические мышцы и выражение эмоций.

(И.п. – стать на четвереньки, спина прямая. Раз! – поднять голову, максимально прогнуть спину. Два! – опустить голову, максимально выгнуть спину. Вдох во 2-й фазе, выдох в 1-й.)

Кряк подошел к кошке поближе и увидел, что та следит за плавающими в воде рыбками и хочет какую-нибудь из них поймать.

– Ах ты, хитрюга! – крикнул утенок, схватил лежащую на берегу веточку и бросился к кошке.

### **Занятие игровым стретчингом «Веточка»**

Улучшает гибкость позвоночника, способствует увеличению роста. (И.п. – лечь на спину, ноги вместе, носки оттянуты. Руки в упоре сзади на предплечьях. Не сгибая колени, медленно поднять ноги в вертикальное положение, стараясь сохранять носки оттянутыми. Задержать нужное время. Вернуться в и.п. Вдох в 1-й фазе, выдох во 2-й.)

Когда кошка увидела рассерженного утенка с веточкой в клюве, она так испугалась, что со всех ног бросилась бежать, только ее и видели! Тут из воды показалась рыбка и поблагодарила утенка за то, что он спас ее с друзьями.

### **Занятие игровым стретчингом «Рыбка»**

Повышает внутриполостное давление, улучшает нервную проводимость, мозговую деятельность. (И.п. – лечь на живот, ноги чуть развести в стороны, руки согнуть в локтях, ладони положить на пол, на уровне плеч. Раз! – плавно, без рывков, разгибая руки, поднять голову и грудь, одновременно сгибая ноги в коленях, постараться дотянуться ступнями ног до головы.



*Забег*

*Корова*

*С.М. Корова*



Задержаться нужное время. Два! – вернуться в и.п. Вдох в 1-й фазе, выдох во 2-й.)

Кряк вдоволь наплавался в озере и после этого каждый день приходил к своим друзьям рыбкам. А рыжую кошку с тех пор никто не видел. Рассказывают, что она убежала далеко-далеко и всем на свете рассказывала про храброго утенка Кряка.

упражнения при этом достаточно простые, и их довольно просто найти и взять себе за основу готовые. Для выполнения упражнений ритмичного характера деткам предлагается: изображать различных животных; повторять физические упражнения за педагогом; выполнять движения с атрибутикой (кругами, лентами, мячами).

КОПИЯ  
ВЕРНА



*Заведующий*

*С.М. Пешкова*

**Комплекс дыхательных упражнений игрового характера**

**1. Ходьба.** Встать прямо, голову не опускать, ноги вместе, плечи опущены и отведены назад, грудная клетка развёрнута. Проверить осанку. Обычная ходьба; ходьба на носках; ходьба на пятках; ходьба на наружном своде стопы. Повторить все виды ходьбы, меняя направление движения по залу. Следить за осанкой. Продолжительность ходьбы 40-60 с. Педагог говорит стихи, направляя ими детей на нужные движения:

Мы проверили осанку  
И свели лопатки.  
Мы походим на носках,  
Мы идём на пятках,  
Мы идём, как все ребята,  
И как мишка косолапый

**2. «Куры».** Дети стоят, наклонившись пониже, свободно свесив руки - «крылья» и опустив голову. Произносят «тах-тах-тах», одновременно похлопывая себя по коленям – выдох, выпрямляясь, поднимают руки к плечам – вдох.

Повторить 3-5 раз:

Бормочут куры по ночам,  
Бьют крыльями тах-тах (выдох),  
Поднимем руки мы к плечам (вдох),  
Потом опустим – так

**3. «Самолёт».** Дети стоят. Развести руки в стороны ладонями кверху. Поднять голову вверх – вдох. Сделать поворот в сторону, произнося «жжж...» - выдох; стать прямо, опустить руки – пауза.

Повторить 2-4 раза в каждую сторону:

Расправил крылья самолёт,  
Приготовились в полёт.  
Я направо погляжу:  
Жу-жу-жу.  
Я налево погляжу:  
Жу-жу-жу

**4. «Насос».** Дети стоят. Скользя руками вдоль туловища, наклоняться поочередно вправо и влево. Наклоняясь, выдох с произнесением звука «сс...», выпрямляясь – вдох.

Повторять 4-6 раз:  
Это очень просто –  
Покачай насос ты.  
Направо, налево...  
Руками скользя,  
Назад и вперёд  
Наклоняться нельзя.

КОПИЯ  
ВЕРНА

Забег



С.М. Дегтярева

Это очень просто –

Покачай насос ты

5. «Дом маленький, дом большой». Дети стоят. Присесть, обхватив руками колени, опустить голову – выдох с произнесением звука «ш-ш-ш» («у зайки дом маленький»). Выпрямиться, встать на носки, поднять руки вверх, потянуться, посмотреть на руки – вдох («у медведя дом большой»). Ходьба по залу: «Мишка наш пошёл домой, да и крошка зайныка».

Повторить 4-6 раз:

У медведя дом большой,

А у зайки – маленький.

Мишка наш пошёл домой

Да и крошка зайныка

6. «Подуем на плечо». Дети стоят, руки опущены, ноги слегка расставлены. Повернуть голову налево, сделать губы трубочкой – подуть на плечо. Голова прямо – вдох. Голову вправо – выдох (губы трубочкой). Голова прямо – вдох носом. Опустить голову, подбородком касаясь груди, - вновь сделать спокойный, слегка углублённый выдох. Голова прямо – вдох носом. Поднять лицо кверху и снова подуть через губы, сложенные трубочкой.

Повторить 2-3 раза:

Подуем на плечо,

Подуем на другое.

Нас солнце горячо

Пекло дневной порой.

Подуем на живот,

Как трубка станет рот.

Ну а теперь на облака

И остановимся пока.

Потом повторим всё опять:

Раз, два и три, четыре, пять

7. «Косарь». Дети стоят, ноги на ширине плеч, руки опущены. Махом перевести руки в сторону влево, назад, вправо. Вернуться в исходное положение. Слегка отклониться назад – вдох. Махом снова перевести руки через перёд влево со звуком «зз-уу». Педагог читает стихи, а дети повторяют вместе с ним слоги «зу-зу», делая упражнение. Стихотворение, сопровождаемое упражнениями, прочитывается 3-4 раза:

Косарь идёт косить жнивьё:

Зу-зу, зу-зу, зу-зу.

Идём со мной косить вдвоём:

Замах направо, а потом

Налево мы махнём.

И так мы справимся с жнивьём.

Зу-зу, зу-зу вдвоём



*Заведующий*

*С.М. Алексеева*

8. «Цветы». Дети стоят по кругу. Педагог читает им стихи:

Каждый бутончик склониться бы рад  
Направо, налево, вперёд и назад.  
От ветра и зноя бутончики эти  
Спрятались живо в цветочном букете

По команде педагога дети ритмично под чтение стиха поворачивают голову («бутончики») направо, налево, наклоняют её вперёд, отводят назад, чередуя вдох и выдох. При чтении последней строки стиха дети поднимают руки вверх, склоняя кисти над головой: «бутончики» (головы) спрятались.

Упражнение повторить 6-8 раз.

9. «Ёж». Дети ложатся на спину (на ковёр), руки прямые, вытянуты за голову. В этом положении по команде педагога дети делают глубокий вдох через нос при чтении двустишия:

Вот свернулся ёж в клубок,  
Потому что он продрог.

Дети руками обхватывают колени и прижимают согнутые ноги к груди, делая полный, глубокий выдох при чтении стиха:

Лучик ёжика коснулся,  
Ёжик сладко потянулся.

Дети принимают исходное положение и потягиваются, как ёжик, становятся «большими, вырастают», а затем, расслабляясь, делают спокойный вдох и выдох через нос. Всё упражнение повторить 4-6 раз.

10. «Трубочка». Дети стоят или сидят. Кисти сжаты и как бы удерживают трубу; поднося «трубу» ко рту, дети произносят:

Тру-ру-ру, бу-бу-бу!  
Подудим в свою трубу.

11. «Жук». Дети сидят, скрестив руки на груди. Опустить голову. Ритмично сжимать обеими руками грудную клетку, произнося «жжж...» - выдох.

Развести руки в стороны, расправив плечи, голову держать прямо – вдох.

Повторить упражнение 4-5 раз:

Жж-у, - сказал крылатый жук,  
Посижу и пожужжу.

**Комплекс дыхательных упражнений игрового характера для старших дошкольников**

- «Качалка». Дети, сидя на стуле (руки на коленках), раскачиваются из стороны в сторону, на выдохе произносят «о-о-ох».
- «Достань до пола». Из положения (руки вытянуты вперёд) стоя дети наклоняются. Следует сделать медленный вдох и прикоснуться руками к полу. При этом на выдохе произносится «ха-а-а».
- Прыжки. Дети подпрыгивают на двух ногах, сопровождая каждый прыжок выкриком «ха» на выдохе. Дыхание при этом должно быть ровным. Несколько прыжков чередуются с ходьбой на месте.
- «Задуй свечу». И.с. сидя. Педагог просит дошкольников представить перед собой одну большую горящую свечу и погасить её

КОПИЯ  
ВЕРНА

Заведующий



С.М. Давыдова

коротким резким выдохом. Затем нужно вообразить 3 небольших свечи и задуть их тремя короткими выдохами.

- У каждого воспитанника в руках узкая бумажная ленточка. На выдохе нужно поднести её ко рту и чуть наклониться.
- «Роза и одуванчик». И. п. — стоя. Воспитатель просит ребят представить, что они вдыхают аромат розы — они должны сделать глубокий вдох носом. Потом дети воображают, что они дуют на одуванчик — делается мощный выдох ртом.
- «Хомячок». Дошкольники изображают хомячков — надувают щёчки и ходят по комнате примерно 10 секунд. Затем следует хлопнуть себя по щекам — выпустить воздух, расслабиться. После этого быстро подышать носом, словно вынюхивая запах еды.
- «Комарики». Ребята резко ударяют себя по спине, обхватывая руками тело (словно образуя петлю), при этом выполняется резкий выдох ртом.
- «Лесная азбука». В группу приходит старичок-лесовичок (игрушка) и предлагает освоить «лесную азбуку». Нужно топтать ногами и на выдохе говорить «у-у-у» (это по лесу идёт недобрый человек), хлопать себя руками по бёдрам и говорить «а-у-у-у» (путник заблудился, кругом трещат сучья), хлопать в ладоши и произносить «ы-ы-ы» (это значит, нужно всем собраться на поляне).

Множество игровых пособий педагог легко может сделать своими руками. Главное — подключить фантазию и иметь желание порадовать детей. Можно воспользоваться следующими идеями:

- «Волшебный домик». Большая коробка обклеивается яркой бумагой, формируется крыша дома. К фасаду прикрепляется новогодний «дождик», а под ним можно помещать картинки (согласно изучаемой теме). Чтобы определить, кто находится в домике, дошкольнику нужно подуть на блестящий «дождик».
- «Лесная полянка». Коробка из-под конфет или печенья обклеивается красивой самоклеящейся плёнкой. Внутри прикрепляются крупные изображения цветов. Бумажные бабочки подвешиваются на нитки. Ребёнок должен подуть на бабочку — тогда она сядет на цветочек.
- «Грибочки спрятались». На картинке грибочки прячутся под опавшими листьями. Задача ребёнка — сдуть листики, чтобы увидеть грибы.
- «Зайчики играют в прятки». Задание аналогично предыдущему, только найти нужно зайчиков, которые прячутся под травкой.
- «Солнышко и тучки». Воспитатель предлагает ребёнку превратиться в мощный ветер, который прогонит тучки, и тогда засияет солнышко.
- «Гусеницы и яблоки». Прожорливых гусениц нужно прогнать с яблочка, чтобы они его не съели (подобная идея — пчёлы и банка с вареньем).

КОПИЯ  
ВЕРНА

Забег.



С.М. Косов

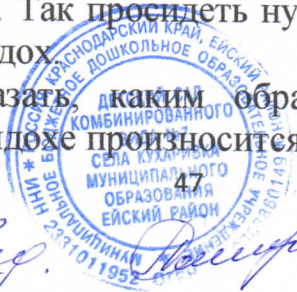


- Мини-футбол. Коробка из-под конфет обклеивается бумагой, внутри устанавливаются ворота из пластиковых контейнеров. Игруют 2 дошкольника. Задача — с помощью лёгкого пластмассового мячика забить гол сопернику.
- «Волшебные бутылочки». В каждой бутылочке находятся атрибуты определённого времени года — снежинки из кусочков салфеток, жёлтые листья из цветной бумаги, цветочки, листики. В крышках через отверстия вставлены трубочки. Если в них подуть, то начинается настоящее чудо-листопад, снежная буря, кружение листочков.
- «Сдуй шапку с одуванчика». К центру цветочка крепятся лепестки на ниточках. Если на них подуть, то они разлетаются в стороны.
- «Узнай тайну ракушки». Верхняя часть бумажной ракушки открывается, если подуть на неё (деталь прикреплена ниткой к краю основы). Внутри можно увидеть жемчужину.
- «Обжорки». Разноцветные шарики-помпончики нужно задувать в ворота, представленные в виде ротика забавного существа. Участвовать в игре могут одновременно до трёх детей.

При работе со старшими дошкольниками для выполнения полезных упражнений можно использовать картинки. Педагог не объясняет задание, он просто показывает нужное изображение, а дети выполняют соответствующее упражнение (несколько повторений). Примеры картинок:

- Свеча. Её нужно задуть.
- Роза. Дети глубоко вдыхают её аромат.
- Одуванчик. Нужно очень сильно дуть, чтобы разлетелись воображаемые пушинки.
- Спущенная шина на велосипеде или автомобиле. Дошкольники глубоко вдыхают воздух носом, а потом постепенно ослабляют звук «с», воспроизводя звук проколотой резины, когда из неё выходит воздух.
- Воздушный шарик. Малыши его надувают с помощью нескольких выдохов.
- Ветер. Дошкольники глубоко вдыхают воздух носом. Потом на одном выдохе попеременно то усиливают, то ослабляют звук «ввввв», имитируя свист ветра.
- Пила. Сидя на стульях, ребята разбиваются на пары и берутся за ручки либо правыми, либо левыми руками. Выполняются движения, воспроизводящие процесс пиления дров — одно движение на входе, другое — на выдохе. При этом вдох делается носом, а выдох ртом.
- Подводный мир. Дети зажимают носики и приседают, словно спрятались под воду. Так просидеть нужно 20–30 секунд, затем вставь и сделать глубокий вдох.
- Насос. Нужно показать, каким образом сдувается колесо — на продолжительном выдохе произносится «сссс». Его предстоит накачать



Забег  
  
 Е.А. Жарова

## **РЕЦЕНЗИЯ**

на методическое пособие для детей старшего дошкольного возраста  
«Моя малая Родина – Кубань. Традиции и праздники»  
воспитателя муниципального дошкольного образовательного учреждения  
детский сад № 7 с. Кухаривка МО Ейский район  
**Авдеевой Натальи Анатольевны**

Актуальность рецензируемой разработки определена потребностью социума в развитии патриотизма, чувства любви к малой Родине у дошкольников, к родному краю, дому, созданию условий сохранения, а также возрождения национального сознания, осознания принадлежности к своему народу, к своим корням, воспитания духовно богатой личности. Только через осознание истории края дошкольники осознают свою причастность к родной стране, её прошлому, настоящему и будущему. Необходимость использования регионального компонента в формировании у дошкольников ценностного отношения к истории представлена в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

Автор создает предметно-пространственную среду, обеспечивая максимальную реализацию образовательного потенциала истории и культуры Краснодарского края. Предлагаемый материал может способствовать повышению интереса детей к истории и культуре казаков, выстроен логично и композиционно обоснован.

Методическое пособие предусматривает реализацию регионального компонента и реализуется, в совместной деятельности воспитателя с детьми с учетом комплексно – тематического планирования. Региональный компонент, расширяет и углубляет содержание образовательных областей, раскрывает виды деятельности, методики, формы организации образовательного процесса в ДОУ. Количество страниц – 72.

Автор подчеркивает, что введение детей в особый, самобытный мир национальной культуры должно осуществляться путем действенного познания, через многообразие форм и методов работы с детьми и воздействие на эмоциональную сферу ребенка. Именно такой подход поможет подвести детей к убеждению в том, что изучение национальной культуры не просто учебная обязанность, а обращение к духовности, без которой не может жить современный человек, и что это есть приобщение к красоте

Методическое пособие для детей старшего дошкольного возраста «Моя малая Родина – Кубань. Традиции и праздники» поможет воспитателю познакомить детей с бытом предков, научит детей находить на карте Россию, Краснодарский край, город Ейск, с. Кухаривка, называть область, город, узнавать символику РФ; символику края (флаг, герб); передавать характерные особенности традиций, быта и культуры казачества на Кубани. Таким образом осуществляется комплексно-деятельный подход к развитию личности ребенка.

Пособие затрагивает содержание образования по пяти образовательным областям: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие;

речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие.

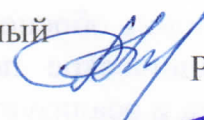
Методическая ценность: содержит такие компоненты, как Пояснительная записка, целевой, содержательный и организационный разделы, содержательное приложение.

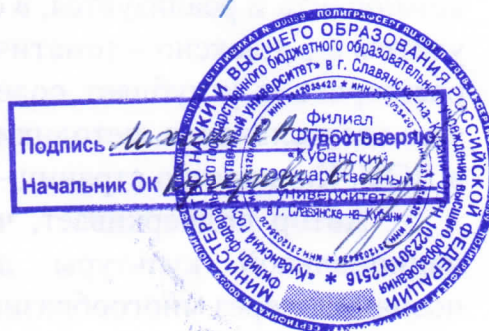
Новизна методической разработки заключается в применении интегрированного подхода в образовательной деятельности по формированию духовно-нравственных качеств у детей старшего дошкольного возраста, который предусматривает поэтапную организацию приобщения детей к народным традициям, истории и культуре Кубани.

Методическая разработка Авдеевой Н.А. обладает практической значимостью. Представленный материал способствует развитию детей, развивает внимание и воображение, воспитывает интерес к истории, обычаям, традициям и произведениям народного искусства Кубани. Представленные материалы актуальны, содержательны и могут быть рекомендованы к использованию педагогами в дошкольных образовательных учреждениях.

« 22 » марта 2021 г.

Кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры профессиональной педагогики,  
психологии и физической культуры  
филиала ФГБОУ ВО «Кубанский государственный  
университет» в г. Славянске-на-Кубани

 Р.А. Лахин



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида №7 с. Кухаривка МО Ейский район

**Методическое пособие для детей старшего  
дошкольного возраста «Моя малая Родина –  
Кубань. Традиции и праздники»**

Составила: Авдеева Наталья Анатольевна,  
воспитатель

-2021г-

**КОПИЯ  
ВЕРНА**

*Завед. Оксана Е. М. Авдеева*



## Содержание.

Аннотация.....	2
Пояснительная записка.....	2
Введение.....	3
Приложение №1.....	10
Картотека кубанских народных игр	
Приложение №2.....	26
1.Конспект «Кубань - моя малая Родина»	
2.Конспект «Традиции и быт Кубанского казачества»	
3.Конспект « Кубанские традиции »	
4. Конспект «Традиции, быт и культура казачества на Кубани»	
5.Конспект «Различные виды исторических промыслов и ремесел на Кубани»	
Приложение №3.....	45
1. Развлечение «Кубанские народные игры»	
2.Развлечение «Листья золотые кружатся, летят»	
3.Развлечение «За столом, за самоваром»	
4.Развлечение «Кубанские посиделки»	
5. Развлечение «Святочные колядки»	
6. Развлечение «Вот и Пасха пришла»	
Библиографический список.....	72

КОПИЯ  
ВЕРНА

2

*Забед. Ольга Е.М. Демидова*



### Аннотация:

Основная задача праздников и развлечений доставить детям радость. Целью разработки данного методического пособия является оказание методической помощи педагогам ДООУ в создании стройной системы приобщения детей старшего дошкольного возраста к родной культуре, ее истории, воспитания у них чувства красоты. Знакомство с историей, традициями и культурой Краснодарского края предлагаю проводить посредством образовательной деятельности и через музыкальные развлечения и праздники. Адресуется специалистам различной квалификации, занятых в сфере практической деятельности в системе дошкольного образования.

### Пояснительная записка.

Дошкольное детство – важный этап в становлении морального облика человека. В эти годы у детей закладываются основы нравственности, формируются первоначальные эстетические представления. Начинает появляться интерес к явлениям общественной жизни. Дети обращаются с вопросами к педагогам, родителям, стремятся больше узнать о своей Родине, крае, месте, где они живут.

Чтобы воспитывать в человеке чувство гордости за свою Родину, надо с детства научить, любить свой город, край, где он родился и вырос, природу, которая его окружает, познакомить с культурными традициями своего народа, привить любовь к декоративно-прикладному искусству и народному творчеству.

Народное творчество и искусство в целом – источник чистый и вечный. В чем бы ни высказывал себя народ: в танце, в песне, в искусной вышивке или забавной игрушке, ясно – это идет от души, а душа народная добра и красива.

**Цель** пособия «Моя малая Родина – Кубань. Традиции и праздники» – расширение и обогащение познавательного интереса детей старшего дошкольного возраста к традициям, обрядам, народным праздникам.

**Задачи:** воспитание личностной культуры, патриотических качеств и побуждений у ребенка. Развитие интеллектуальных, музыкальных и артистических способностей.

### Введение

В настоящее время большое значение приобретает поиск и разработка инновационных подходов к нравственно - патриотическому воспитанию. Это возможно, если заниматься воспитанием детей на основе культуры своего региона, сложившейся веками, и опыта многих поколений. Нужно наполнять наших детей духовной мудростью. Поставлена конкретная задача: воспитание личностной культуры, патриотических качеств и побуждений у ребенка. Развитие интеллектуальных, музыкальных и артистических способностей.

КОПИЯ  
ВЕРНА

*Завед. ОУ*

3

*Е.Н. Писеева*



Ребенок должен понимать, что каждый человек, независимо от возраста — часть своего народа, что у каждого человека есть своя Родина, и нужно жить так, чтобы было хорошо всем вокруг. Помочь дошкольникам шире познакомиться с родным краем, понять его историю, культуру и их взаимосвязь с предметами и объектами окружающей действительности и жизни общества, принять участие в созидательной деятельности - в этом заключается главный смысл нашей работы. Умелое сочетание наблюдений с чтением художественных произведений, слушанием музыки, рассматриванием картин и иллюстраций к книгам, поможет шире открыть окно в мир перед ребенком, что поможет ему легче сделать необходимые обобщения и проявить возникшие чувства. В связи с этим выбирается нужная форма, структура проведения того или иного занятия, средства и методы, позволяющие реализовать поставленную задачу. Важно, чтобы дети, воспринимая материал, активно думали. Этому помогают такие методические приемы, как сравнение, вопросы, индивидуальные задания, обращение к опыту детей, предложение задавать друг другу вопросы, игровые приемы.

Я знакомяю дошкольников с историей, традициями, культурой, бытом казаков Кубани; охватываю литературный, фольклорный, исторический материал; формирую личность, способную к успешной социализации; создаю обогащённую духовную среду; способствую самореализации индивидуальности ребенка. Работу по привитию любви к родной земле - Кубани, изучению ее традиций и праздников провожу, используя следующие формы работы с детьми: народные кубанские игры, посредством образовательной деятельности и конечно народные праздники.

Народные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Данные кубанские игры несут своей целью — донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов.

Народные игры являются неотъемлемой частью патриотического, художественного и физического воспитания дошкольников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родного

**КОПИЯ  
ВЕРНА**

*Забег. Анна Е.М. Семенова*



края, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Малой Родине.

По содержанию кубанские игры классически лаконичны, выразительны и доступны ребенку. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития.

Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребенка, а встречающиеся в некоторых играх зачины, диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей умственной деятельности.

В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на определенных игровых заданиях, также много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы развития ребенка, развитию его мышления и самостоятельности действий. Так, например, в связи с движениями водящего и изменением игровой ситуации ребенок должен проявить более сложную, т.е. мгновенную и правильную, реакцию, поскольку лишь быстрота действий приводит к благоприятному результату («Плетень», «Сон казака» и др.).

Большое воспитательное значение заложено в правилах игры. Они определяют весь ход игры, регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения, содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребенок не может проявить воспитываемые у него качества. Игра требует внимания, выдержки, сообразительности и ловкости, умения ориентироваться в пространстве, проявления чувства коллективизма, слаженности действий, взаимопомощи («один – за всех и все – за одного»), ответственности, смелости, находчивости.

В кубанских играх много юмора, шуток, соревновательного задора; движения точны и образны, часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами, заманчивыми и любимыми детьми считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший, неповторимый игровой фольклор.

Эти четкие считалки, напевно-забавные певалки, занимательные диалоги быстро и прочно запоминаются и с удовольствием проговариваются детьми в их повседневных играх. Народный фольклор устно передается от поколения и никогда не стареет.

Основным условием успешного внедрения кубанских игр в жизнь дошкольников всегда было и остается глубокое значение и свободное владение обширным игровым репертуаром, а также методикой педагогического руководства. Воспитатель, творчески используя игру, как эмоционально-образное средство влияния на детей, пробуждает у них интерес, воображение, добиваясь активного выполнения игровых действий.

В ходе игры педагог привлекает внимание ребят к ее содержанию, следит за точностью движений, которые должны соответствовать правилам,



*Забег* *Оксана*

*Е.М. Демидова*





за дозировкой физической нагрузки, делает краткие указания, поддерживает и регулирует эмоционально-положительное настроение и взаимоотношения играющих, приучает их ловко и стремительно действовать в создавшейся игровой ситуации, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели и при этом испытывать радость. Одним словом, задача педагога заключается в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовольствием играть в народные игры.

Объясняя новую кубанскую игру, в которой есть зачин (считалка, певалка или жеребьевка), взрослому не следует предварительно разучивать с детьми текст, его желательно ввести в ход игры неожиданно. Такой прием доставит детям большое удовольствие и избавит их от скучного трафаретного знакомства с игровым элементом. Ребята, вслушиваясь в ритмичное сочетание слов, при повторении игры легко запоминают зачин.

Объяснение новой игры может проходить по-разному, в зависимости от ее вида и содержания. Так, несюжетная игра объясняется кратко, лаконично, эмоционально-выразительно. Воспитатель дает представление о ее содержании, последовательности игровых действий, расположении игроков и атрибутов, правилах игры. Он может задать один-два уточняющих вопроса, чтобы убедиться, что ребята поняли его правильно. Основная часть времени предоставляется конкретным игровым действиям детей. В конце игры следует положительно оценить поступки тех ребят, кто проявил определенные качества: смелость, ловкость, выдержку, товарищескую взаимопомощь.

Сюжетную народную игру тоже можно объяснять по-разному. Например: воспитатель предварительно рассказывает о жизни казаков, показывает иллюстрации, предметы быта и искусства, заинтересовывает казачьими обычаями, фольклором. Или можно образно, но кратко рассказать о сюжете игры, пояснить роль водящего, дать послушать диалог, если он имеется, и перейти к распределению ролей, которое помимо применения считалок, проходит иногда путем назначения водящего в соответствии с педагогическими задачами (поощрить и активизировать застенчивого ребенка или, наоборот, показать на примере активного, как важно быть смелым и ловким; отклонить просьбу самоуверенного ребенка и включиться в игру самому воспитателю с целью показать ответственность роли водящего, от действий которого зависит, например, правильность ориентировки в пространстве всех остальных игроков).

Педагогу следует помнить, что главная его задача заключается в том, чтобы научить детей играть активно и самостоятельно. Только в этом случае они приучаются сами в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, т.е. дошкольники приобретают важные качества, необходимые им в будущей жизни.

КОПИЯ  
ВЕРНА

*Забег. Ожич Е.М. Луиш*



## Конспекты образовательной деятельности.

### Конспект №1

«Кубань - моя малая Родина» (подготовительная группа)

**Программные задачи:** продолжать знакомить детей со столицей Кубани - Краснодаром, ее гимном, с легендой о Кубани, с историей малой родины. Закрепить знания детей о символах Кубани, её историческом прошлом, о казаках - переселенцах, их одежде и традициях. Обогащать словарь детей новыми словами. Развивать познавательный процесс, умение наблюдать и анализировать. Воспитывать чувство любви и уважения к своей малой родине, ее природе, обычаям и традициям.

**Словарь:** Кубань, Краснодар, Екатеринодар, казаки, хата, амбар, плетень, хворост, лампы, холст, папаха, казаки – переселенцы.

**Предварительная работа:** посещение музея, рассматривание иллюстраций с изображением Кубанского быта, слайды о Краснодарском крае, стихи, песни, мультимедийная презентация с изображением символики Краснодарского края и станицы.

**Материал и оборудование:** макеты казачьих хат, куклы одеты в казачьи костюмы, Книги: «Казачий семейный альбом», «Краснодарский край», звукозапись гимна Кубани.

**Ход занятия:**

**I. Вводная часть.**

**1. Организационный момент.**

*(дети сидят полукругом, воспитатель читает стихотворение)*

**Воспитатель:** У каждого на свете есть, наверное,  
Любимый уголок земли, такой,  
Где листья по – особому на вербе  
Склонились над залумчивой водой.  
Где небо выше и просторы шире.



*Забег*



*С.М. Забег*

И так привольно и легко дышать,

Где ко всему в прекрасном этом мире

По – детски чисто тянется душа.

**Воспитатель:** о чем говорится в этом стихотворении? О каком уголке земли написал поэт эти стихи?

**Дети:** о Родине, о том месте, где родился и живёт.

**Воспитатель:** молодцы, верно. А кто скажет, что такое Родина? Как вы понимаете слово Родина, и что она для вас значит?

**Дети:** Родина - это дом, где мы живём, где живут наши родственники – мама, папа, бабушка, дедушка. Это там, где наш детский сад.

**Воспитатель:** правильно, молодцы! Наша маленькая Родина-это Кубань, а большая великая Родина – это Россия. А как называется наш край? **Дети:** Краснодарский край.

**Воспитатель:** верно. А село, в которой мы живём?

**Дети:** село называется Кухаривка

## II. Основная часть.

### 1. Знакомство с малой родиной - Кубанью.

**Воспитатель:** велика и красива наша Родина! Есть в её наряде жемчужина, которая зовется Кубанью. Много легенд сложено о нашей Кубани. Одну из них, я расскажу вам.

Давным-давно жила на земле девушка. Была она у родителей единственной и любимой дочерью, которую звали Кубанью. Жили они в старом ветхом домике, добрые это были люди. Двери их дома всегда открыты для гостей. Гости находили здесь тепло, заботу и внимание. Росла Кубань всем на диво необыкновенной красавицей. Высокая, стройная, круглое личико, длинная русая коса, озаряла всегда улыбка, блестели ярко-синие глаза. Самое удивительное, что девушка любила украшать землю, где жила. Надо сказать, что земля, на которой они жили, производила тяжёлое впечатление: с одной стороны - скалистые горы, а с другой - выжженная солнцем степь, с третьей - безжизненное море. И решила Кубанушка преобразить свою землю. Отправилась она по свету, чтобы посмотреть, как люди живут, познакомиться с их природой и обычаями. Долго не возвращалась она из путешествия, а когда вернулась, принялась за дело.

КОПИЯ  
ВЕРНА

Завед.



Е.М. Асмаев

Сначала посеяла рожь, и вскоре заколосились хлебные поля. Виноградная лоза, яблони и груши дарили богатые урожаи. Что ни посадит красавица, всё выходит на славу. В озёрах, реках, морях развела она рыбу, привезённую издалека. Ожили водоёмы, на их берегах зашелестел камыш, ива зазеленела, на водной глади закачались кувшинки. Редко стала бывать Кубанушка дома. Настоящим её домом были тихие горные долины и привольные луга с широкими разливами буйных, сочных трав, с толпами то ярко-синих, то удивительно голубых, то жёлтых, как брызги живого солнца, цветов. Её незаменимым другом и мудрым учителем стала природа. Она вырастила в душе девушки восторженное отношение ко всему прекрасному, родной земле. Прослышали о трудолюбивой красавице далеко за пределами. И стали ней женихи свататься, приносить ей богатые подарки. Но Кубань не торопилась с выбором, она хотела завершить начатое дело. Дары использовала по своему усмотрению. Долгие старания девушки не прошли даром. Ожила земля, зазеленели поля и долины, зацвели деревья в садах и лесах, запестрели цветами луга, горы покрылись лесными массивами. Не осталось на той земле никого, кто видел бы синеглазую красавицу, но имя её навечно сохранилось в памяти людской, ведь места, где жила девушка, называются с тех пор Кубанью.

**Воспитатель:** о какой девушки говорится в легенде?

**Дети:** в легенде говорится о девушке, которую звали Кубанью, о нашей малой Родине.

**Воспитатель:** совершенно верно.

**Воспитатель:** на Кубани живут замечательные люди: хлеборобы, садоводы, животноводы, виноградари, рабочие заводов и фабрик, ученые и спортсмены, художники и поэты.

**Воспитатель:** как называется главный город Кубани?

**Дети:** главный город Кубани - это город Краснодар

**Воспитатель:** верно ребята. Город Краснодар-столица кубанской земли. Он был основан очень давно казаками-запорожцами, переселившимися на Кубань по указу императрицы Екатерины II. Она подарила казакам кубанские земли в благодарность за усердную службу, вот почему главный город казаков получил название Екатеринодар. Город быстро рос и строился, горожане очень любили его, считали самым красивым городом. Поэтому, дали ему имя Краснодар. Большая река Кубань протекает по Краснодарскому краю. Кубанскую землю называют Жемчужиной России. Черное и Азовское моря омывают Кубанскую



*С. М. Демидова*

землю. В Краснодаре трудится Администрация нашего края во главе с губернатором.

**Воспитатель:** как можно назвать одним словом всех жителей городов, станиц и хуторов Кубани?

**Дети:** кубанцы.

**Воспитатель:** а еще мы все - земляки. Так называют людей, у которых одна малая родина.

**Воспитатель:** вы знаете, ребята, что у каждой страны есть свои знаки – символы государства. Кто вспомнит и назовет их.

**Дети:** символы государства - это флаг, герб, гимн.

**Воспитатель:** правильно, есть они и у Кубани.

**Воспитатель:** из каких частей состоит флаг?

**Дети:** флаг состоит из древка и полотнища.

**Воспитатель:** верно, молодцы. А что вы видите на полотнище?

**Дети:** на полотнище есть три разноцветные полосы.

**Воспитатель:** правильно. Назовите, пожалуйста, цвета.

**Дети:** синий, малиновый, зеленый.

**Воспитатель:** верно. Что означает и напоминает синий цвет?

**Дети:** синий цвет означает и напоминает цвет моря, неба, реки.

**Воспитатель:** молодцы, правильно. О чем говорит малиновый цвет?

**Дети:** малиновый цвет-это цвет солнца, когда оно всходит и заходит.

**Воспитатель:** а зеленый цвет?

**Дети:** зеленый – цвет травы, леса, поля.

**Воспитатель:** молодцы, ребята. Вы все правильно назвали и ответили.

## 2. Задание.

Выложите на фланелеграфе из цветных полосок бумаги флаг Краснодарского края (дети выполняют задание и сравнивают его с образцом).

**Воспитатель:** Что находится в центре флага?

**Дети:** герб золотого цвета.

**Воспитатель:** сегодня мы познакомимся с гербом нашего края (показываю).



*Е.М. Демидова*

Герб представляет собой щит, обрамлённый зелёной полоской со звёздами, по количеству станиц. Щит разделён на четыре части. В первой и третьей – двуглавый орёл, расположенный на крепости, это символизирует покровительство государства казакам. Во второй и четвёртой – знамёна, говорящие о заслугах казаков в войнах с Турцией. В середине – красный щит с вензелем царицы Екатерины II. Сверху щит венчает золотая корона в виде городской стены. С двух сторон его поддерживают два казака.

Третий отличительный символ, гимн – это торжественная песня, прославляющая наш край. Когда звучит гимн, люди встают и слушают его стоя (включая аудиозапись гимна, все встают).

**Воспитатель:** а теперь, давайте оглянемся назад и посмотрим, как жили казаки. Подойдите к столам и посмотрите на макеты казачьих хат.

Жилища-хаты казаки строили из местных природных материалов: соломы, камыша, хвороста и глины. Хата представляла собой каркас их прутьев, обмазанный с двух сторон глиной. Пол - глинобетонный. Крыша из соломы или камыша. Снаружи хату белили, она делилась на два помещения: великую хату с русской печкой и малую хату. Во дворе располагались хозяйственные постройки: амбар, погреб, колодец, летняя печь, сарай для скота, навес для повозок. Оградой служила плетень из хвороста или камыша. *(Рассматривание иллюстраций)*

**Воспитатель:** ребята обратите внимание на кукол, которые одеты в казачьи костюмы. Старинная казачья одежда очень древняя. Мужчины носили широкие шаровары с лампасами - потому, что в узких штанах на коня не сядешь. В штаны заправляли рубахи, сшитые из холста или шелка. На голове носили папаху или фуражку. Женский костюм состоял из юбки и кофточки. Казачки украшали свою одежду бусами, бисером, тесьмой, кружевами. На улице казачки появлялись в кружевных платках. На Кубани любят смех, шутки, танцы.

### III. Заключительная часть.

**Итог.** Родину называют матерью, потому что она кормит своим хлебом, поит своими водами, защищает от врагов. Сегодня я много интересного рассказала вам о нашей малой родине, расскажите об этом своим родным и друзьям. И пусть они любят её так же, как и вы.



*Завед.*

30



*Е. М. Демидова*

**Конспект №2**  
**«Традиции и быт Кубанского казачества»**  
(подготовительная группа)

**Цель занятия:** воспитывать любовь к малой Родине; знакомить детей с жизнью, бытом и культурой Кубанского казачества; развивать познавательный интерес к истории своего народа.

**Словарная работа:** глэчик, макитра, рубель, скрыня.

Предварительная работа: рассматривание старых фотографий, альбомов, посещение краеведческого музея ст. Ленинградской, беседы детей.

**Ход занятия:**

**Воспитатель:** Дети, недавно мы с вами рассматривали портреты ваших мам, пап, бабушек и дедушек.

Они для вас самые родные, самые близкие самые дорогие люди.

Скажите, а как можно назвать близких вам людей одним словом?

**Дети:** Родственники, родычи, предки.

**Воспитатель:** Правильно, дети. Близкие предки - это ваши мамы и папы, бабушки и дедушки. А дальние предки – это те ваши родственники, которые жили до них. И вот сегодня мы с вами попадем в хату наших дальних – дальних родственников - предков, хату, в которой живет старинная казачья семья. Но для этого нам надо надеть на голову казачью папаху, повернуться вокруг себя три раза и сказать: «Время, время – остановись! К нашим предкам повернись!»

*Дети надевают казачьи папахи, кружатся вокруг себя три раза и повторяют слова, потом проходят в следующую комнату.*

*В это время в «казачьей хате», убранной предметами старинного казачьего быта, сиди за прялкой пожилая казачка.*

**Воспитатель:** Смотрите, дети! Вот мы и попали в старинную казачью хату. О, да в этой хате есть хозяйка! Здравствуйте!

**Казачка:** (встает) – Здравствуйте, хлопчики и девчата! (низко кланяется).

Зовут меня - Александровна. Я всегда очень рада гостям! Проходите в нашу хату, детки дорогие, почувствуйте себя как дома.

**Воспитатель:** Александровна! Мы с ребятами очень хотели побывать в настоящей кубанской хате, рассмотреть её убранство, узнать, как живете, чем занимаетесь.

**Казачка:** С удовольствием расскажу вам обо всем хлопчики и девчата. В казачьих семьях глава семьи – казак. Он работает в поле, добывает пищу для семьи, а самое главное – охраняет границу от врагов. Посмотрите, какой он носит красивый костюм (показывает настоящий костюм казачьего сотника). На голове папаха из каракуля, на ногах сапоги. На себя надевает рубаху, брюки, черкеску с двумя рядами газырей - для хранения патронов. Зимой на плечи надевает теплую бурку. Кинжал и сабля подвешиваются к поясу казака.



*Засед.*



*С.М. Демидова*

Его жена, казачка, занимается по хозяйству. С утра ей нужно надо сходить к колодцу, принести воды на коромысле, чтобы можно было постирать грязную одежду (предлагает детям подержать коромысло не плечах). А бельё я глажу вот этим предметом. Называется он рубель. Видите, какой он ребристый. На каталку наматываю мятое полотенце и с силой провожу по нему рубелем несколько раз (показывает). Бельё получается гладким и пахучим. (Предоставляется детям возможность попробовать погладить таким образом мягкое полотенце, просит попросить название «утюга» - рубель).

**Казачка:** Очень любим мы, казачки, украшать свою одежду вышивкой и кружевом. Посмотрите вокруг и скажите, какие предметы в моем доме украшены вышивкой?

**Дети:** Полотенца, занавесочки на окне, простынка малыша, подушечка.

**Казачка:** Правильно. А какие предметы украшены кружевом?

**Дети:** Скатерть, полотенца, подзор на кровать.

**Казачка:** Молодцы и умницы! (подводит детей к столу). Для приготовления еды у меня есть вот такой чугунок. Он тяжелый, чугунный. Но зато каша в нем вкусная, пальчики оближешь. Молоко я храню в глиняной посуде, которая называется глэчик. Молоко в нем долго не прокисает. Тесто я замешиваю в макитре - большом глиняном горшке. Ну а чаем угощаю, конечно из самовара. Запомнили названия моей посуды? (Воспитатель проводит словарную работу с незнакомыми словами).

**Воспитатель:** Александровна! А дети знают о казаках поговорки .

**Казачка:** Какие же, расскажите.

**Дети:** Конь казаку лучший друг.

Учи лебедя плавать, а казачьего сына на коня садиться.

Казак сам не ест, а коня накормит.

Казак без коня, что солдат без ружья.

Казак из пригоршни напьется, на ладони пообедает.

Сам погибай, а коня выручай.

Казаку конь - отец родной и товарищ дорогой.

**Воспитатель:** А еще мы знаем много кубанских традиций.

**Казачка:** Правда? Какие же?

**Дети:** Казаки гостей встречают с хлебом – солью.

На службу казака провожают на коне, в добротной одежде и с оружием.

Стариков уважают, слушают их советы и называют на «Вы». На казачьих праздниках всегда проходят скачки.

**Казачка:** Ну и молодцы! Просто здорово! Все, о чем вы говорили , можно увидеть на моих фотографиях. (Подводит детей к стене и показывает старинные фотографии). Здесь мы провожаем одного казака в армию; это свадьба; вот лихие скачки.

*Дети рассматривают фотографии*

**Казачка:** А вот об одной традиции вы позабыли. Из покон веков на Кубани любили петь. И не только на свадьбах или проводах в армию, а в поле, за прялкой, и у люльки малыша. Сейчас пора мою малышку укладывать спать, и

КОПИЯ  
ВЕРНА

Забед.

32

Е.М. Жуков



я спою ей колыбельную песню. А вы возьмите этих куколок и покачайте. (Дети берут тряпичных куколок). Казачка качает в люльке «малышку» и поет ей песню:

Ничь сизокрылая на викном,  
Спы, мое сэрдэнько, мирным сном!  
Мглою покрывся наш дивный сад,  
Травы, квиткы и дэрэвья сплять.  
Ничь сизокрылая над сэлом,  
Спы, мое сэрдэнько, добрым сном!

*По окончании песни укладывает малышку в люльку и предлагает детям сделать детям тоже самое.*

**Казачка:** А теперь, хлопчики и девчата, подходите – ка к моей скрыне, так называется на Кубани сундук.. Как вы думаете, что я храню в нем? (чуть-чуть приоткрывает крышку).

**Дети:** Наверное, одежду?

**Казачка:** Совершенно верно, нарядную одежду, а также фартушки, веночки, бусы, вышитые рубахи, пояса. Примерьте- ка, может вам понравится одеваться по – казачьи.

*Дети наряжаются. Кружатся перед зеркалом, пританцовывают под народную музыку, любят себя в казачьей одежде.*

**Казачка:** Теперь - вы настоящие казачата. Я дарю вам эту одежду и приглашаю послушать сказку о таком же маленьком мальчике, как и вы. Звали его Ивасик.

*Дети садятся на лавку и слушают.*

**Казачка:** Жили - были муж и жена. И было у них много детей. Семья была трудолюбивая, каждый знал свое дело. Старшие работали вместе с отцом в поле, ухаживали за скотом, младший сын Ивасик помогал матери по дому. И вот однажды, Ивасик пойти на рыбалку, поймать для семьи много рыбы. Заплыл на лодке так далеко, что за камышом его не видно было. Целый день ловил рыбу, а к вечеру пришла к реке его мама и стала звать:

Ивасику - Тэлэсику!

Приплынь, приплынь

До бэрэжку.

Твоя маты прыйшла,

Йисты тоби прынэсла.

Ивасик услышал матушкин голос, приплыл к бережку, отдал маме всю рыбу, а еду забрал с собой и опять уплыл ловить рыбу. Все было хорошо, да услышала голос матушки Баба Яга.

На следующий день она пришла на реку пораньше и стала звать Ивасика матушкиным голосом.

Ивасику- Тэлэсику!

Приплынь, приплынь

До бэрэжку.

Твоя маты прыйшла,



*Завед.*



*Е.М. Дреснева*

Йисты тоби прынэсла.

Ивасик приплыл на берег, а Баба Яга его цап- царап и унесла в свою избушку. Там приказала своей служанке испечь в печи маленького мальчика и подать ей к обеду.

Вот служанка посадила Ивасика на лопату, а он уперся ножками и кричит: «Ой, не могу! Ой, нэ знаю як ти ножэньки сложить, та у пичку засадыть!». Служанка Бабы Яги рассердилась, скинула Ивасика с лопаты, а сама уселась на неё, в комочек свернулась, колени руками обняла. Тут- то Ивасик и суну её в печь. А сам выскочил из избушки, залез на высокое дерево и сидит. Тут Баба Яга кинулась его искать. Вышла в лес и увидела Ивасика на дереве.

Стала она это дерево грызть. Мимо пролетали гуси - лебеди. Ивасик просит

их: «Гусяточки- гусяточки,  
Возьми мэнэ на крыляточки,  
Понэсить мэне до батияточки,  
Там йисты и пыть йесть шо».

А гуси ему в ответ: «Хай тэбэ задни визьмуть!» Тем временем, Баба Яга уж совсем изгрызла ствол дерева. Пролетели мимо дерева последние гуси.

Ивасик стал просить их:

«Гусяточки- гусяточки,  
Возьми мэнэ на крыляточки,  
Понэсить мэне до батияточки,  
Там йисты и пыть йесть шо».

Гуси взяли его, отвезли в родное село, посадили на крышу хаты. А в доме в то время мама раздавала еду. Всем досталось по кусочку вкусного пирога. А Ивасик с крыши: А мэни краюху?

Вся семья вышла на улицу, увидела Ивасика, ну его целовать, ну его обнимать и пирогом угощать. Гусей – лебедей накормили, напоили и в дорогу проводили. А Ивасика с тех пор одного никуда не отпускали.

Понравилась вам сказка? Все было понятно?

Бьют часы с кукушкой.

**Воспитатель:** Дети! Часы не зря бьют. Мы с вами засиделись у гостеприимной хозяйки, пора и честь знать.

**Казачка:** А запомнили хлопчики и девчата то, о чем я им рассказывала. Как называется глиняный горшок для молока?

**Дети:** Глэчик.

**Казачка:** А для теста?

**Дети:** Макитра.

**Казачка:** А чем гладят казачки белье, как называется этот «утюг»?

**Дети:** Рубель.

**Казачка:** Молодцы, настоящие казачата. На прощанье я хочу дать вам с собой в дорогу топинамбур - это так называется овощ - земляная груша, любимое весеннее лакомство кубанских казачат. Почему весеннее лакомство? Об этом вам расскажет ваш воспитатель. В добрый путь!

КОПИЯ  
ВЕРНА



Завед.

Е.М. Давыдов