**РЕАЛИЗАЦИЯ ЦЕННОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА ТРАДИЦИЙ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КУБАНСКОГО КАЗАЧЕСТВА В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

1. **Актуальность физического воспитания детей на основе традиционной культуры кубанского казачества.**

Современные исследования специалистов в области дошкольной, социальной, народной педагогики свидетельствуют, что сохранение, укрепление и совершенствование народных традиций в историческом развитии мирового сообщества считаются ведущими задачами в воспитании подрастающего поколения. В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования задекларированы положения о важности приобщения детей к этническим традициям. В связи с этим часть основной образовательной программы, формируемая участниками образовательного процесса, отражает специфику национально-культурных условий, в которых осуществляется воспитательно-образовательный процесс. Изучению особенностей физической культуры как части общей этнокультуры казачества посвящены многие научно-методические труды ученых и практиков (С.Г. Александров, 1999; В.В. Козлов, 2004; А.П. Карпухин, 2011; А.В. Яровой, 2012; М.В. Семенцов, 2013 и др.).

Вместе с тем в системе педагогических наук сложилась проблемная ситуация, заключающаяся в следующем противоречии: сегодня общество едино во мнении о необходимости воспитывать детей и подростков в духе патриотизма на основе народных традиций, но при этом недооцениваются значительные возможности традиционной казачьей культуры в системе формирования физической культуры детей дошкольного возраста.

Изучение содержания современных программ по физическому воспитанию для дошкольников показало, что основное внимание при их создании авторы уделяют разработке целей и задач, направленных на укрепление здоровья, физическое совершенствование и развитие здорового образа жизни детей, но средства и методы педагогической работы на основе народных традиций в полной мере не раскрываются.

В нашем регионе существует уникальная система непрерывного казачьего образования подрастающего поколения, от детского сада до казачьего университета. Организация казачьих детских садов, начального звена этой системы, дала возможность воспитывать патриотическое и духовно-нравственное начало дошкольников на историко-культурных традициях кубанского казачества.

Занимаясь с казачатами уже много лет, наш детский сад наработал хороший методический материал по физическому воспитанию дошколят на основе традиционной культуры кубанского казачества. В прошлом году была разработана и апробирована в течение этого года парциальная программа по физкультуре для групп казачьей направленности в ДО.

Основой программы формирования физической культуры казачат является этнодвигательная подготовленность, развитие эмоционально-волевых качеств и знаний в области ценностного потенциала традиций физической культуры кубанского казачества, мотивации к занятиям физкультурно- спортивной деятельностью и познанию казачьих традиций.

Использование характерных для кубанского казачества традиционных средств и форм физической культуры (акробатические упражнения, танцевальные движения, элементы борьбы и фехтования, владение адаптерами холодного и огнестрельного оружия, элементы верховой езды, шермиции и т. д.), способствует формированию у старших дошкольников осознанных мотивов и интересов к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью и познанию субэтнических традиций.

**Традиционная культура кубанского казачества.**

 К традиционной культуре кубанского казачества относятся: вся система производственных навыков, народных традиций и обычаев, искусство, творчество, конфессиональные каноны, подверженные поколенной трансмиссией через существующие формы воспитания.

 К основным формам воспитания кубанских казаков относятся: пример родителей, совместная деятельность взрослых и детей в семье, наблюдение подрастающего поколения за повседневной жизнью семьи, за работой взрослых, использование фольклора, обучение и наставление со стороны старших различным видам работ, использование сыновей и дочерей в качестве помощников, начальная военная подготовка, приобщение к православной вере, народные календари, повседневное нахождение в природной среде и взаимодействие с ней, закаливание, народные игры, обряды, обычаи, праздники. Общинный уклад жизни казаков ставил основной целью воспитания укрепление его существования через воспитание готовности и способности подрастающего поколения бороться за интересы общины, жертвовать собой ради ее укрепления и процветания.

Анализ литературы показал, что военная служба казаков и сельскохозяйственный труд требовали воспитания выносливости, силы, ловкости у молодого поколения, поэтому одной из главных составляющих феномена казачьей культуры являлось физическое воспитание, основанное на этнодвигательных упражнениях и играх, неразрывно связанных с развитием духовно-нравственных качеств, характерных для кубанских казаков.

Согласно историческим источникам, у кубанского казачества процесс физического воспитания молодого поколения осуществлялся, начиная с рождения ребенка в семье.

В казачьих общинах господствовал культ семьи. Именно в семье дети узнавали нормы поведения общины, знакомились с былинами, песнями, фольклором, семейной генеалогией. В казачьих семьях было сформировано иерархическое подчинение младших старшим, основанное на повиновении детей независимо от их возраста родителям.

Основой семейного воспитания были прежде всего положительные примеры боевых подвигов родных и близких, членов общины. Позднее, в связи с сокращением сроков воинской службы, казаки могли создавать крепкие хозяйства, чем завоевывали не меньшее уважение. На основе этого дети с раннего возраста овладевали верховой ездой на лошади, манипулированием шашкой, владением сельскохозяйственным инструментом.

Наиболее полно физическое воспитание детей раскрывалось в процессе детских подвижных игр. Дифференциация игр производилась в зависимости от возраста, физической подготовленности и, зачастую, от половой принадлежности играющих. Кроме повседневных игр, в зимнее время были и другие забавы: катание с горок, на салазках, коньки, игра в снежки.

Традиционные средства физического воспитания кубанских казаков доказали свою жизненность и эффективность на протяжении многих веков, в своих целях соотносятся с целями современного физического воспитания подрастающего поколения, обладают высокой степенью адаптивности и применимы в настоящее время.

**Практическая организованная образовательная деятельность казачат включает в себя:**

1. Строевые упражнения.

Построение в колонну по 2, 3, 4 (расчет по порядку на 1, 2, по 3), в шеренгу; повороты направо, налево, кругом (на месте, в движении); размыкание приставными шагами.

Умение отдать воинскую честь на месте, в движении; выход из строя и поход к командиру, возвращение в строй, приветствие начальника.

2. Гимнастические упражнения.

*Ходьба.* Коротким шагом с небольшим подъемом колена; ходьба; ходьба в колонне по 2, 3, 4 с изменением направления по ориентирам.

*Бег.* Бег по сигналу со сменой направляющего, с изменением темпа.

*Упражнения в равновесии.* Ходьба в обход гимнастическим шагом с набивным мешочком на руке вперед; ходьба по низкому гимнастическому бревну с шашкой в правой (левой) руке вперед - в сторону кверху вправо (влево); ходьба по низкому гимнастическому бревну с набивным мешочком на голове.

*Прыжки.* На двух ногах с продвижением вперед (5-6 м); «с палкой- лошадкой» между кеглями; через скакалку; прыжки на двух ногах с продвижением вперед.

*Лазание.* Пролезание лежа на животе под воротца; ползание в туннелях разными способами (35-50 см); в упоре стоя на коленях, лазание на животе и спине по гимнастической скамейке; лазание по гимнастической стенке с изменением темпа; перекрестным и одноименным способом; с пролета на пролет по диагонали.

*Метание.* Камней (мешочка с песком), кинжала, стрельба из лука, рогатки в цель; подбрасывание шапки-кубанки вверх и ее ловля; подбрасывание шапки-кубанки вверх и ее ловля, выполняя задание (с хлопками, поворотами и др.); отбивание мяча о пол [правой (левой) рукой] стоя на месте; ведение мяча [правой (левой) рукой], обходя поставленные в ряд предметы (6-8 предметов).

1. Музыкально-ритмические движения.

Ходьба гимнастическим шагом, ходьба с притопом, приставными шагами с приседанием; шаги галопом, шаг польки, шаги галопом правым (левым) боком вперед; движения «вприсядку»; основной шаг гопака; шаг «аркана»; «задний» шаг; шаги «прибой», «чесанка», «дубоны», «стукалочка»; основные элементы казачьих танцев: "Казачок", "Барыня (русская)", "Гопак".

1. Общеразвивающие упражнения (ОРУ).

С гимнастической палкой; с деревянной шашкой; с короткими палками - кинжалами; с флагами; с «палкой - лошадкой».

1. Легкоатлетические упражнения.

*Элементы кроссовой подготовки.* Бег на выносливость: 120 м; 300 м.

1. Подвижные игры.

«Ляпки», «Конники», «Тополек», «Перетягивание», «Заплетайся плетень», «Лихие наездники», «Тяни в круг», «Сбей пикой подвешенную грушу», «Подбрось и поймай шапку», «Напои лошадку», «Кавуны», «Заря-Заряница» и др.

*Игры-эстафеты.* «Полоса препятствий», «Кто быстрей через препятствия к флажку», «Казачья верста» и др.

*Хороводы и малоподвижные игры.* «Просо сеяли», «Гори-гори ясно», «Хоровод с подснежниками», «Кувшинчик», «Ходила младешенька по борочку», «Как по морю», «Огородная-хороводная», «Верба-вербочка», «Узнай, кто ударил», «Иголка, нитка, узелок» и др.

1. Акробатические упражнения.

Группировка, перекаты боком, кувырки вперед, сед углом («уголок»), мостик.

1. Основы владения традиционным казачьим оружием.

Нагайка: исходное положение, хваты, элементарные вращения, игры с нагайкой, элементы защиты, нападения, используя манекен.

Шашка (деревянная), кинжал, пика: исходное положение, хваты, элементарные вращения, игры с шашкой, элементы защиты, нападения, перемещения, рубка предметов стоя и в движении, игровые поединки.

1. Основы стрельбы.

Техника стрельбы из лука, рогатки.

1. Основы верховой езды.

*Джигитовка. (Упражнения на учебных тренажерах-имитаторах - детские лошадки-качалки, лошадки-палки, стульчики (простейшие упражнения джигитовки, элементы работы с оружием, элементы борьбы без оружия).*

Теоретическая организованная образовательная деятельность включает в себя:

* 1. Происхождение казачества. Герои - воины земли Кубанской. Быт, обычаи, традиции и культура кубанского казачества. Флаг, герб, гимн Кубанского казачьего войска, Краснодарского края. Особенности физкультурного воспитания казаков.
	2. Одежда [полевая, парадная, бытовая (женская и мужская)], оружие кубанских казаков, их назначение и история.
	3. Гигиена и закаливание.

Казачьи обереги как своеобразная «гигиена души». Использование казаками родников, рек, природных источников. Казачьи песни как профилактика заболеваний органов дыхания. Оздоровительные гимнастики кубанских казаков - «благодать», «крестом лежать», «колобродная здрава» и др.

* 1. Здоровый образ жизни, здоровье в традиционной культуре кубанских казаков.

Представление казаков об устройстве человеческого организма. Связь праздников с духовным здоровьем казака и их значение.

* 1. Система питания. Посты.

Традиционная кухня и правила организации здорового питания на Кубани по представлениям казаков. Приготовление пищи в полевых условиях. Питание во время постов.

Особенности режима дня казаков, его связь с народным календарем.

* 1. Народная медицина казаков. Элементарная медицинская помощь (при ранениях, ушибах, переломах, заболеваниях).

Как казаки лечили ушибы и останавливали кровотечения; боролись с укусами насекомых и змей. Целебные травы и растения, используемые казаками. «Казачья здрава».

* 1. Духовные ценности казака в семье и обществе.

Изучение фольклора (песни, пословицы и поговорки, заповеди). Казачьи песни и танцы, их значение в духовно-патриотическом воспитании казака. Казачьи пословицы и поговорки. Казачьи байки, предания. Связь и значение обрядов жизненного цикла кубанских казаков с их духовным здоровьем.

* 1. Православие.

*Семья и ближние.* Родословная семьи, история родного края. Как понять фразу: смиренномудрие предпочитает ближних? Как относиться к ближним? Как уберечься от осуждения ближних? Как надо относиться к родителям? Бытовые правила поведения в семье и обществе.

*Знакомство с храмом (церковью).* Продолжать знакомить с внутрицерковным убранством (иконы, алтарь и т. д.), образами Христа, Девы Марии, святых, почитаемых казаками.

Знакомить с житиями святых (например, Святого Георгия Победоносца, Николая Чудотворца, благоверных князей Александра Невского и Дмитрия Донского, своих небесных покровителей и др.).

*Православные праздники.* Народные праздники и обряды казаков. Родильно-крестильный обряд. Праздники: Покрова Пресвятой Богородицы (войсковой праздник), Святки, Рождество, Масленица, Пасха, Троица, Спас (медовый и яблочный) и др.

* 1. Борьба.

История традиционных видов единоборств кубанских казаков.

* 1. Оружие.

Оружие, состоявшее на вооружении кубанских казаков. Шашка, кинжал и их устройство. Нагайка и ее устройство. Стрелковое оружие. Лук, рогатка, их устройство.

* 1. Основы верховой езды и уход за лошадьми.

Элементарные понятия об истории конного спорта. Содержание лошадей и уход за ними. Техника безопасности обращения с лошадью в конюшне, на манеже. Породы лошадей. Аллюры (шаг, рысь, галоп). Фигуры, выполняемые на манеже.

* 1. Основы гребли и парусного спорта.

Водные средства передвижения казаков: струги, чайки, лодки- плоскодонки, байдарки, морские челны.

Основы гребли: устройство лодки, правила безопасности, правила гребли веслом, шестом, основы навигации, вязание элементарных узлов.

* 1. Основы походной (туристической) подготовки.

Перечень необходимого снаряжения для похода. Правила укладки рюкзаков и требования к одежде и обуви туриста. Правила жизни в лагере: организация питания, ночлега, охраны, разведение огня и пр.

Особенности ориентирования на местности казаками в полевых условиях и специфика переходов по различной (горной, лесной, открытой, водной) местности.

**Методические рекомендации.**

Проводится 2 занятия в неделю по 35 минут, одно из них- на воздухе; физкультурные досуги или военно-спортивные игры- один раз в месяц по 30-45 минут; утренняя гимнастика, построение на поднятие флагов России, Кубани, казачьи игры и забавы-ежедневно.

**Формы работы с детьми старшего дошкольного возраста.**

К основным формам работы относятся: организованная образовательная деятельность (ООД); утренняя оздоровительная гимнастика, ритмогимнастика, подвижные игры и игры - эстафеты, закаливание, квест-экскурсии, полевые походы; активный отдых - спортивные развлечения и праздники; выход детей на конюшню или ипподром.

Формы проведения: практические, тренировочные занятия (ООД); теоретические (комбинированные) занятия в сочетании с игровыми, музыкальными и другими видами деятельности.

К общим требованиям физкультурной работы с казачатами относятся:

Соответствие:

* поставленной задаче обучения;
* принципам обучения (использование метода показа еще не означает, что полностью реализуется принцип наглядности);
* специфике учебного материала (каждое упражнение требует специфического способа обучения ОРУ - слово, показ, указание, счет; простое упражнение разучивается в целом, сложное - с помощью подводящих упражнений);
* индивидуальной и групповой подготовленности детей;
* индивидуальным особенностям и возможностям педагога;
* условиям занятий.

Обеспечение воспитывающего характера обучения (не только обучения, но и воспитание познавательной активности, творчества, инициативы).

Условно методы и методические приемы были разделены по педагогической направленности:

Наглядный метод:

* показ;
* подражание (имитация);
* использование зрительных ориентировок в пространстве;
* демонстрация: плакатов, рисунков, кино, видео и т. п.;
* звуковая и световая сигнализация.

Метод использования слова (словесный), вербальный:

* объяснение;
* рассказ (сюжетный образный);
* разбор, задание, описание, пояснение, уточнение, указание, вопросы, распоряжение, оценка, команда, музыка, песни, считалки, сигналы и т. д.

Практические методы:

* регулирование нагрузки и отдыха;
* метод строго регламентированного упражнения
* игровой;
* соревновательный;
* круговой тренировки;

Основу физической культуры казачьей группы составляют игры и игровые упражнения. Структуризация игр кубанского казачества предполагает параллельно развивать эмоционально-волевую сферу и физические качества старших дошкольников.

Подвижные игры подбираются с учетом поставленных целей и задач воспитательно-образовательного процесса, возрастной и индивидуальной доступности, интереса детей.

Все используемые формы работы по формированию казачьей физической культуры предполагают использование широкого спектра игрового материала на основе системной периодичности.

При планировании использования народных кубанских игр для детей дошкольного возраста предполагается воспроизводимость детьми в течение года: за один месяц дети могут разучить одну или две новые игры. Согласно теории поэтапного обучения, двигательному действию предусматривается: разучивание, закрепление, совершенствование, использование в повседневной жизни. 8-12 игр подбираются на сопряженное развитие различных физических и эмоционально - волевых качеств. Условно направленность игры можно представить следующим образом: в утренние часы - развитие координации, решительности и целеустремленности; днем - тренировка быстроты, выносливости, настойчивости, выдержки и самообладания; в вечерние часы - совершенствование силы, гибкости, смелости и самообладания.

Ведущим принципом успешной реализации задач физического воспитания, согласно Федеральному образовательному стандарту дошкольного образования, является интеграция образовательных областей.

Так, использование на занятиях по физической культуре музыкального сопровождения, основанного на кубанском фольклоре, способствует развитию двигательной памяти, эмоциональной выразительности воспроизведения характера движения, ориентировочно-пространственного рефлекса, быстроты двигательной реакции и т. д.

Игровая деятельность, на основе кубанских казачьих игр, помогает развивать интеллектуальный компонент психики ребенка.

Подвижные игры и эстафеты (казачья верста) кубанских казаков проходят эмоционально, у детей проявляются смелость, решительность, настойчивость и другие личностные качества, свойственные казаку.

 В процессе интеграции двигательной деятельности дошкольников из разных областей: речевого, познавательного, социально - коммуникативного, художественно-эстетического развития оптимизируется формирование двигательных навыков и умений кубанского казачества, активизируется развитие эмоционально-волевых качеств и знаний о физической культуре казачества.

**При реализации физического воспитания казачат необходимо:**

- принимать во внимание особенности возраста детей, их этнодвигательную, эмоционально-волевую и интеллектуальную подготовленность;

* обеспечивать социально-педагогическое индивидуальное сопровождение ребенка на основе разработанной «дорожной карты» его развития;
* осуществлять согласованное сотрудничество всех членов трудового коллектива дошкольной организации;
* уделять внимание общественным связям дошкольной организации;
* сотрудничать с родителями, семьей воспитанников, посещающих дошкольную организацию;
* тесно взаимодействовать с социальными партнерами;
* интегрировать все виды деятельности в условиях организованного воспитания и обучения;
* обеспечивать соответствие материальной базы задачам воспитания:

а) иметь в наличии стационарные специализированные аудитории (спортзал) для проведения занятий по физической культуре казаков;

б) оборудование, инвентарь, пособия, снаряды, нетрадиционные физкультурно-спортивные устройства: для работы с оружием (оружия- имитаторы, мишени, защитное снаряжение); для верховой езды (лошадки-имитаторы, снаряжение для лошади, предметы для джигитовки и т. п.); для проведения походов (палатки, котелки и др.). Все вышеперечисленное должно быть адаптировано для детей 6-7 лет;

в) казачьи костюмы, военно-полевую форму;

г) строительный материал для игрового конструирования;

д) наглядные пособия: изображение звездного неба, растений, которые использовали казаки в народной медицине, макет хаты казака, альбом с фотографиями национальных героев-казаков, видео- и аудиозаписи и т. д.;

**Формы оценки итогов реализации методики**

Для отслеживания результативности выполнения физкультурно-оздоровительной работы в казачьей группе предлагается проводить следующие виды мониторинга:

Исходный - диагностика уровня: физической и этнодвигательной подготовленности, эмоционально-волевого развития, мотивации к занятиям и сформированности знаний о физической культуре казаков в начале учебного года.

Оперативный - фиксация результатов наблюдений контрольных срезов в ходе учебно-воспитательного процесса;

Итоговый - регистрация динамики личностностных изменений у каждого ребенка в конце учебного года.

Основной формой контроля является тестирование, которое включает следующие блоки:

* 1. Уровень физической и этнодвигательной подготовленности оценивается с использованием специально разработанного метода тестирования.
	2. Уровень развития эмоционально-волевых качеств осуществляется с помощью традиционного метода тестирования.
	3. Уровень сформированности знаний о физической культуре казаков определяется методом опроса.
	4. Уровень сформированности мотивационной сферы устанавливается с применением метода наблюдения.

**Диагностические мероприятия**

В ходе воспитательно-образовательного процесса педагог проводит оценку уровня:

* + 1. физической подготовленности;
		2. этнодвигательной подготовленности;
		3. развития эмоционально-волевых качеств;
		4. сформированности интереса к физической культуре казаков;
		5. сформированности знаний о традициях физической культуры кубанских казаков.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ.**

Успешная реализация задач по приобщению старших дошкольников к ценностному потенциалу традиций физического воспитания кубанского казачества во многом зависит от основных взаимосвязанных компонентов физкультурно-оздоровительной работы, в том числе:

* постановки целей и задач педагогической работы;
* повышения уровня профессиональной компетентности педагогов в области физической культуры и традиций физического воспитания кубанского казачества;
* организации просветительской работы с родителями по вопросам формирования личностной физической культуры детей;
* использования в режиме двигательной активности детей средств физического воспитания казаков, в том числе физических упражнений, направленных на освоение детьми народных игр и имитацию элементарных навыков владения адаптерами холодного и огнестрельного оружия, элементами борьбы, верховой езды;
* комплексного диагностического мониторинга физической и этнодвигательной подготовленности, эмоционально-волевых качеств, мотивационной сферы и знаний о ценностном потенциале традиций физического воспитания кубанского казачества.

Для организации двигательной деятельности детей 6-7 лет, на основе использования средств физического воспитания кубанского казачества, необходимо проводить последовательные мероприятия, сутью которых является создание в дошкольных образовательных организациях насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной, безопасной предметно-пространственной среды, обеспечивающей интеграцию различных видов деятельности детей. Важным компонентом предметно-развивающей среды является наличие спортивного инвентаря и оборудования (лозы, нагайки, сабли или клинка (имитаторов), мишени, стойки, лошадки-имитатора, рогатки, лука, стрел, костюмов кубанских казаков, символики Кубани и др.).

* 1. Основная образовательная деятельность на начальных этапах должна быть направлена на ознакомление с новым материалом, а затем, по мере обогащения двигательного опыта детей, на закрепление изучаемого материала, рационально используя интегрированную образовательную деятельность, с более сложными вариантами уже освоенных двигательных действий, которые включают соревновательные упражнения и игры, направленные на развитие двигательных качеств.
	2. Формирование знаний о физической культуре казаков целесообразно проводить в ходе специально организованных мероприятий: теоретических занятий, дидактических игр, квест-игр и т. п., используя различные виды деятельности: поисковую, экспериментальную, изобразительную, музыкальную, двигательную.
	3. Для развития эмоционально-волевой сферы старших дошкольников наиболее рациональным является использование разработанного плана-графика подвижных игр, сопряженно влияющих как на воспитание целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, выдержки, самообладания, так и на физические качества.