



**Луцький район  
Луцька міська територіальна громада**

**Департамент освіти Луцької міської ради  
Центр професійного розвитку педагогічних  
працівників Луцької міської ради**

**Комунальний заклад  
«Заклад дошкільної освіти №1  
Луцької міської ради»**

# **КОЗАЦЬКИЙ ОБЕРІГ ЗДОРОВ'Я**

**Виховання патріотичних почуттів в процесі фізкультурно –  
оздоровчої роботи з дітьми дошкільного віку**



**Антонюк Алла Олександрівна**

**Луцьк – 2022р**



**Луцький район  
Луцька міська територіальна громада**

**Департамент освіти Луцької міської ради  
Центр професійного розвитку педагогічних  
працівників Луцької міської ради**

**Комунальний заклад  
«Заклад дошкільної освіти №1  
Луцької міської ради»**

**КОЗАЦЬКИЙ ОБЕРІГ ЗДОРОВ'Я**  
**Виховання патріотичних почуттів в процесі фізкультурно –  
оздоровчої роботи з дітьми дошкільного віку**

**Антонюк Алла Олександрівна**

**Луцьк – 2022р**

УДК

373.2:613.954+172.15

К59

Укладач - автор: Антонюк Алла Олександрівна, інструктор з фізичної культури дошкільного навчального закладу № 1 Луцької міської ради.

Рецензенти:

Лякішева А.В. - доктор педагогічних наук, професор кафедри соціальної роботи та педагогіки вищої школи Волинського національного університету імені Л.Українки

Шульга Л.М. – вихователь-методист закладу дошкільної освіти №1 Луцької міської ради

Дана розробка містить практичний та теоретичний матеріал щодо виховання патріотичних почуттів у дітей дошкільного віку під час різних фізкультурно-оздоровчих заходів.

Заняття та фізкультурні розваги допоможуть закріпити знання про традиції, звичаї, символи, національний одяг, культуру українського народу, виховати любов і повагу до членів своєї сім'ї, родини, дитячого садка, вулиці, міста, бережливе ставлення до природи рідного краю.

Матеріали розробки рекомендовані для використання у практичній роботі з дітьми інструкторам фізичної культури закладів дошкільної освіти.

Рекомендовано рішенням педагогічної ради закладу дошкільної освіти №1 Луцької міської ради (протокол №3 від 24.11.2021р .)

## **ЗМІСТ.**

<b>Вступ.....</b>	<b>4</b>
-------------------	----------

### **Теми:**

<b>1.Патріотичне виховання в різних формах фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми дошкільного віку.....</b>	<b>5</b>
<b>II. Заняття з фізичної культури з національно-патріотичним вихованням.</b>	
«Завітаємо до сонечка» - молодша група.....	11
«Моє рідне місто – Луцьк» - середня група.....	15
«Моя країна – Україна» - старша група.....	21
<b>III.Спортивні розваги.</b>	
«Незалежна Україна» - середня група.....	29
«Волинь моя» - середня група.....	33
«Спритні козачата» - старша група.....	38
«Як козаки куліш варили» - старша група.....	45
«Український національний одяг» - старша група.....	52
<b>IV.Українськи народні ігри.</b>	
« На околиці села» - старша група.....	58
« На гостини до весни» - середня група.....	65
<b>Список використаних джерел .....</b>	<b>71</b>

## Вступ

Робота з фізичної культури спрямована на: забезпечення різнобічного розвитку дитини дошкільного віку відповідно до її здатків, нахилів, здібностей індивідуальних, психічних та фізичних особливостей культурних потреб; - формування у дитини моральних норм, набуття нею соціального досвіду; та реалізацію завдань збереження та зміцнення фізичного, психічного, духовного здоров'я дитини; - виховання у дітей любові до України, шанобливого ставлення до родини, поваги до народних традицій і звичаїв, державної мови, національних цінностей українського народу.

У роботі наведені методи, прийоми, засоби навчання та виховання фізично і морально здорової дитини на заняттях з фізичної культури. На своїх заняттях я впроваджую елементи українських національних ігор, козацьких змагань, ігрових методик, заснованих на національно – патріотичних традиціях .

Дітям дуже подобаються сюжетні та тетралізовані заняття та ігри з використанням українських казок, потішок, забавлянок, а також з музичними підбірками. Діти дуже люблять переодягатися в український національний одяг, одяг казкових героїв. Застосування казкових іграшок приносить особливу радість дітям молодшої групи. Вони залюбки її обігрують і виконують імітаційні вправи з рухом данної іграшки – тваринки, пташки. Будь-яка цікава застосована атрибутика надає заняттю з фізичної культури свій успіх.

В результаті цієї роботи з патріотичного виховання відмічаються позитивні зміни у свідомості дитини, у їх активності, зацікавленості, бажання грати, знати, змагатися.

## **1. Патріотичне виховання в різних формах фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми дошкільного віку**

Дошкільний вік є вирішальним у формуванні фундаменту фізичного і психічного здоров'я, адже відбувається інтенсивний розвиток органів та становлення функціональних систем організму, закладаються основні риси особистості, формується характер, ставлення до себе та оточуючих.

Фізичний розвиток у дошкільному віці є особливо стрімким. З огляду на це, фізичне виховання має бути своєчасним, методично правильно організованим.

Фізичне здоров'я є головною умовою духовного і морального здоров'я дитини. У період дошкільного дитинства закладається фундамент здоров'я, формуються життєво необхідні рухові навички, вміння, розвиваються важливі фізичні якості, що свідчить про необхідність правильного фізичного виховання, яке має сприяти оздоровленню і повноцінному розвитку дитини.

Особливо актуальним в наш час стало відродження педагогічного досвіду попередніх поколінь, традицій, звичаїв, в основі яких закладена головна мета виховання українського народу плані формування та розвитку фізично загартованих, сильних, стійких представників української нації.

Освітньо - виховна робота з виховання патріотичних почуттів в фізкультурно – оздоровчій роботі з дітьми дошкільного віку повинна проводитись відповідно до загально педагогічних принципів: науковості, свідомості й активності, систематичності, послідовності, доступності, наочності й індивідуалізації.

Джерелами патріотичного виховання є рідне слово батька і матері, колискова пісня, культ Матері і Батька, рідна оселя, садиба, героїчне минуле народу, життєдіяльність історичних постатей народу (політичних діячів, вчених, письменників діячів мистецтва і культури), конкретна діяльність особистості щодо матеріального і культурного збагачення своєї країни.

Впровадження в роботу ЗДО патріотичного виховання в фізкультурно – оздоровчій роботі повинно проводитися в різних напрямках.

Перший напрямок полягає у підвищенні обізнаності вихователів з даної проблеми, а саме: залучення до проведення педрад, семінарів, консультацій. Зміст таких форм роботи включає ознайомлення із багатовіковою народною мудрістю виховання здорової дитини: національними засобами, методами і формами збереження та зміцнення здоров'я дітей, з методикою фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Другий напрямок полягає у формуванні знань родинного фізичного виховання у батьків. Це розробка пам'яток, консультацій, рекомендацій проведення круглих столів, батьківських зборів, в яких розкриваються основні традиції збереження здоров'я дитини, накопичені українським народом протягом багатьох століть.

Третій напрямок полягає у впровадженні традицій у процес фізичного виховання, з метою виховання патріотичних почуттів.

Потрібно розробити систему роботи, яка включає:

- заняття з фізичної культури, побудовані на матеріалі народних ігор та сюжетах народних казок, забавлянок, пісень;
- комплекси ранкової та гігієнічної гімнастики після сну за сюжетами народних казок, пісень та забавлянок;
- гігієнічні заходи з використанням художнього слова;
- спортивні розваги на матеріалі народних рухливих ігор та ігрових вправ, які супроводжуються художнім словом.

**Заняття** – цілеспрямована та унормована форма організованої навчально-пізнавальної діяльності з фізичної культури і формування основ здорового способу життя. Вони дають змогу систематично, послідовно формувати, закріплювати й удосконалювати рухові вміння і навички, розвивати фізичні якості, давати дітям спеціальні знання та прищеплювати потребу у повсякденних заняттях фізичною культурою, оптимізувати рухову діяльність.

Застосування на заняттях рухливих та народних ігор, розваг, естафет, козацьких забав, спортивних ігор сприяють вихованню патріотичних почуттів, моральних та фізичних якостей, формують свідомого громадянина.

Патріотичне виховання на заняттях з фізкультури відбувається за умови, що дитина сама бере участь у діяльності, в якій випробовуються, перевіряються на практиці відповідні патріотичні

цінності. У патріотичному вихованні особливого значення набуває особистісно-орієнтовний підхід, коли в центрі навчально-виховного процесу стоять інтереси дитини, її права, потреби, можливості. Такі якості й почуття можна виховувати тільки за умови свідомого розуміння проблеми патріотичного виховання на традиціях народної фізичної культури та бажання педагогів, батьків, а також кожного громадянина України прищепити ці якості молодому поколінню.

### **Види фольклорних занять з фізичної культури:**

1. Сюжетні фізкультурні заняття з додаванням елементів фольклору. Ці заняття проводяться у формі «рухової» розповіді з «вплітанням» елементів фольклору. Так, наприклад, у заключній частині фізкультурного заняття виконується ходьба в поєднанні з речитативом. На заняттях використовується до 5-6 елементів фольклору, в залежності від сюжету і завдань заняття.

2. Творчо – рухові заняття, засновані на одному з видів усної народної творчості – забавлянках, казках. Особливо доцільно використовувати сюжет казок під час виконання основних рухів. При проведенні фізичних вправ використовується 10-15 забавлянок «рухового характеру», 4-5 видів малих фольклорних форм, або сюжет однієї двох казок. Під час виконання вправ можна запропонувати дітям промовляти слова знайомих текстів, тому рекомендовано добирати нескладні, ритмічні забавлянки, в яких відображено словами певний рух, дію.

3. Музично – ритмічні заняття засновані на українських народних піснях і танцях, іграх і хороводах. Вони проводяться разом із музичним керівником і будуються на імітаційних музично-ритмічних рухах та народних пісеньках.

4. Ігрові фізкультурні заняття, побудовані на українських народних рухливих іграх. Це означає, що для всіх частин заняття, виходячи з завдань, які вони вирішують, добираються рухливі ігри та вправи. Добираючи зміст для занять даного типу, необхідно спиратися на програмові ігрові вправи, надаючи їм сюжетного спрямування та супроводжуючи забавлянками, піснями.

5. Театралізовані фізкультурні заняття з використанням імітаційних, мімічних і пантомімічних вправ та ігор - драматизацій. Провідним прийомом навчання дітей на цих заняттях виступає імітація: легко, безшумно зістрибують пташки з гілки»;



перевалюючись, широко розставляючи ноги, йде «незграбний» ведмідь»; весело, завзято, високо піднімаючи ноги, крокує «півник – золотий гребінець».

6. Традиційні заняття з використанням елементів фольклору, які поживляють процес навчання, урізноманітнюють його.

7. Інтегровані фізкультурні заняття з елементами фольклору. На цих заняттях переважають імітаційні вправи, а народне слово супроводжує не тільки рух, але й опис природних явищ.

**Ранкова гімнастика** – обов'язкова складова організації життєдіяльності дітей у ЗДО. Вона сприяє поглибленню дихання, посиленню кровообігу, обміну речовин, розвитку різних груп м'язів, формуванню правильної постави, розгальмуванню нервової системи після нічного сну, створює позитивний емоційний фон для подальшої діяльності у першій половині дня.

Комплекси ранкової гімнастики можна проводити у сюжетній формі з використанням українського фольклору, але для цього потрібна значна попередня робота. А саме розучування забавлянок, примовок, пісень під час різних видів занять. Діти разом з вихователем промовляють забавлянки, примовки, співають українські народні колискові пісні. У вільний час дітям читають казки, забавлянки, примовки. Ще однією формою ознайомлення можна запропонувати розігрування змісту фольклорних творів. Розігрування забавлянок проводиться у вільний час, переважно індивідуально чи з двома - трьома дітьми, а наприкінці року – з підгрупами дітей. Розігрування завжди супроводжується наочністю й активною діяльністю дітей.

Широко застосовується такий прийом як сюжетна розповідь, яка спонукає дітей до імпровізації у передачі образів.

Аналогічно будуються та плануються комплекси гігієнічної гімнастики після сну. Вправи виконуються переважно у ліжку, епізодично виконуються під музичний супровід. Гігієнічну гімнастику можна поєднувати з загартовуючими оздоровчими заходами, такими як фітотерапія. В міжсезоння після пробудження та проведення вправ дітям можна запропонувати пройти вологою доріжкою, яка змочена відваром м'яти, що містить ментол та підсилює відчуття охолодження, що запускає у дію механізм

теплорегуляції. Перед прогулянкою можна запропонувати дітям вітамінні чаї (з шипшини, малини, липи), а перед сном полоскання рота відварами звіробію, шалфею, ромашки лікарської, що сприяє підвищенню імунітету дітей.

Враховуючи провідну роль ігрової діяльності в особистісному зростанні дітей, значне місце під час організації рухового режиму відводиться **рухливим іграм**.

Через гру тисячоліттями передавався суспільний досвід нашого народу, відбувалася соціалізація, підготовка підростаючого покоління до здорового і повноцінного життя, формувалася його національна свідомість. І сьогодні ідеалом є запорізький козак - лицар і захисник Батьківщини. Він є уособленням фізичної вправності, чоловічої вроди, гармонійної взаємодії з природою. Найвища оцінка для дітей, це оцінка – «козак». Сучасні діти залюбки грають у давні народні ігри.

Українська народна гра є одним із важливих засобів національно-патріотичного виховання дітей дошкільного віку, яка є доступною кожному, має тісний зв'язок з повсякденним життям. Українські рухливі народні ігри є найважливішим засобом розвитку фізичної активності дітей. В основі рухливих ігор лежать фізичні вправи, в ході виконання яких учасники долають низку перешкод, прагнуть досягти певної, заздалегідь поставленої мети. Завдяки великій різноманітності змісту ігрової діяльності, вони всебічно впливають на організм і особистість, сприяючи вирішенню найважливіших спеціальних завдань фізичного виховання.

Саме в народній грі відображаються темперамент, характер, почуття, побут, звичаї наших пращурів – українців.

Перед тим як запропонувати дітям певну народну гру, вихователь має познайомити їх з історією її виникнення, атрибутами та дійовими особами, розповісти, як у цю гру грали в давнину.

Залучення українських народних рухливих ігор до програми з фізичного виховання сприяє не тільки фізичному розвитку дитини, а й ознайомленню з культурною спадщиною українського народу. Ігрова діяльність розвиває і зміцнює основні групи м'язів і тим самим сприяє поліпшенню здоров'я. Рухи, що входять в рухливі ігри, за своїм змістом і формою прості, природні, зрозумілі і доступні сприйняттю і виконанню. В іграх діти вправляються в

ходьбі, стрибках, метанні і непомітно для самих себе оволодівають навичками основних рухів. Поліпшується загальна координація рухів, розвивається здатність цілеспрямовано володіти своїм тілом відповідно до завдань і правил гри. Набутий руховий досвід і гарна загальна фізична підготовка створюють необхідні передумови для подальшої спортивної діяльності.

Зміст ігор збагачує уявлення і активізує спостережливість, мислення, увагу, розвиває пам'ять, кмітливість і уяву. Ігрова діяльність завжди пов'язана з вирішенням певних завдань, виконанням певних обов'язків, подоланням різного роду труднощів і перешкод. Подолання перешкод зміцнює силу волі, виховує витримку, рішучість, наполегливість в досягненні мети, віру в свої сили. Доцільність застосування народних рухливих ігор полягає в тому, що вони сприяють зміцненню здоров'я, підвищенню фізичної підготовленості та формуванню рухового досвіду, здоров'язбереження.

## **II. Заняття з фізичної культури з елементами національно-патріотичного виховання**

### **Друга молодша група**

#### **«ЗАВІТАЄМО ДО СОНЕЧКА»**

*Мета.* Сприяти піднесенню емоційного стану дітей. Формувати правильну поставу. Продовжувати вчити ходити по колу, по мотузці приставним кроком, вузькій доріжці та доріжці здоров'я. Закріплювати навички підлізання під мотузкою, перестрибування через «струмочок». Виховувати у дітей любов до рідного краю в народних іграх «Сонечко», «Віночок», «Назбирай квіти», підспівках, забавлянках та узгоджувати рухи із словами. Розвивати у дітей увагу, спостережливість, спритність, кмітливість, любов до ігор.

*Обладнання:* широка стрічка, 2 стояки з мотузкою, куш калини, сонечко зі стрічками, 2 доріжки здоров'я, сонячні зайчики на кожну дитину, струмок, вінок, квіти і кульки синього та жовтого кольору.

#### ***Хід заняття***

*Продовж усього заняття звучить музика.*

Ось , погляньте, біля хатини

Гнуться гілочки калини.

А від хати до дороги

Стежка стелиться під ноги.

По дорозі до села

Крокує гарно дітвора. *(діти ідуть по покладеній стрічці)*

А тут станемо рядком,

Підемо по стежці ми бочком. *(йдуть по мотузці )*.

Йдемо, а сонечко з гори

Заглядає у двори.

На носках ми всі підемо

До сонця руки простягнемо. *(йдуть на носочках)*

Сонце весело гуляло,

До вправ діток закликало.

#### ***Загальнорозвиваючі вправи «Сонечко»***

Навколо сонечка ставали *(вихователь тримає обруч зі стрічками)*

Промінчики жовтенькі брали. (*промінець тримають правою рукою*)

Промінчики всі натягли (*натягнули стрічки*)

І вправи дружно почали. (*звучить музика, діти рухаються по колу*)

Промінчик догори підняли, (*тримаючи стрічку праву руку підняти догори*)

Потім вниз ще опускали. (*руку зі стрічкою опустити вниз*)

По колу весело рушали (*ходьба по колу*)

Тулуб з рукою нахилили. (*при ходьбі нахил тулуба вліво - до середини кола*)

В другу сторону рушали (*ходьба по колу в іншу сторону*)

Промінчик лівою тримали.

По колу весело рушали

Тулуб з рукою нахилили. (*нахил тулуба вправо - до середини кола*)

Далі танцювали (*ходьба з підскоком по колу*)

Тупали ногами. (*тупання ногами*)

Присідали, вставали (*присідання*)

І весело стрибали. (*стрибки на місці*)

Промінчик вгору підняли – (*руки вгору*)

Раді сонцю були всі.



### **Основна частина**

Сонце виглядало,

Сонячних зайчиків всім дарувало. (*сонячні зайчики лежать попереду зали*)

Але непросто їх взяти -

Необхідно під мотузкою пролізати, (*пролізти під мотузкою і взяти сонячного зайчика*)

Через струмочок стрибати, (*стрибки через «струмочок» на двох ногах*)



По кам'яній доріжці пройти (*ходьба по «доріжці здоров'я»*)

І до калини їх донести.

Ось ми до калини прийшли. (*кладуть біля калини зайчиків*)

Це символ нашої країни, рідної неньки України.

Біля кожної хати ти побачиш кущ калини.

У вінки її вплітали,

Свої віночки прикрашали.

Давайте станемо у коло і пограємо у народну гру «Віночок».

**Народна гра «Віночок» (2-3 рази)**

*Інвентар:* український віночок.

*Хід гри:* діти співають:

Ти лети , лети віночок

Швидше, швидше по руках.

У кого буде віночок,

Той станцює гопака.

*В кого віночок залишається в руках по закінченню слів, той під музику танцює.*

## **Народна гра «Сонечко»**

*Хід гри:*

*Діти стають у коло, співають, викликаючи «сонечко» .*

Вийди, вийди, сонечко,

На дідове полечко,

На бабине зіллячко,

На наше подвір'ячко,

На весняні квіточки,

На веселі діточки.

Там вони граються,

Тебе дожидаються.

*Дівчинка – «сонечко» прокидається, піднімає руки з пальчиками - «промінчиками» догори, посміхається і заходить у коло. Усі хором співають:*

Ой є в лузі калина,

Ой є в лузі калина.

Комарики - дзюбрики калина.

Там стояла дівчина

Цвіт калини ламала

Та в пучечки в'язала

*Діти пританцьовують у колі, а дівчинка імітує рухи, про які йдеться в пісні.*

- Багата наша країна різними квітами. А яку квітку жовтого кольору ви знаєте? У нас в садочку в траві росте. (кульбабка). А синього, яка росте на полях? (волошка). Давайте ми їх назбираємо і в глечики поставимо.

Глечик це наш український посуд.

## **Рухлива гра «Збери квіти»**

*Інвентар:* квіти жовтого і синього кольору, підставки до квітів, 2 глечики.

*Хід гри:* попереду стоять глечики, а навколо «ростуть» квіти жовтого і синього кольору. За сигналом діти біжать вперед, беруть по одній квітці жовтого та синього кольору і ставлять їх в глечик.

*Інструктор* Які ви діти вправні! Гарно справилися із завданням всі. В подарунок вам я дарую кульки. Хлопчикам - подивіться якого кольору? Так, синього кольору, як небо. А дівчаткам - якого? Так, жовтого, як наші родючі поля.



А зараз пограємо з вами в гру де необхідно швидко стати у дві лінії.

### **Рухлива гра «Виклади прапор України»**

*Інвентар:* 2 глечики з квітами, синя стрічка, кульки синього і жовтого кольору.

*Хід гри:* попереду в глечиках стоять квіти і синя лінія. Хлопчикам дають кульки синього кольору, а дівчаткам – жовтого.

За сигналом діти стають у дві лінії, на синю хлопчики, а перед ними дівчата які присідають. Всі піднімають кульки догори.

*Інструктор* Мені це щось нагадує ? (дітям показують український прапорець). Як ви вважаєте, що це? Так. Прапор України. Дуже всі старанні були. Час прощатися. Будьте всі міцні і здорові!

Летіть, як пташенята до своєї оселі (діти йдуть по залу на носках і махають руками, «як пташки» і промовляють: «цвірінь - цвірінь» )

### **Середня група**

### **«МОЄ РІДНЕ МІСТО - ЛУЦЬК »**

*Мета.* Розширювати знання дітей про рідне місто, його назву, річку, пам'ятні місця. Розвивати у дітей увагу, стрибучість, вміння пролізати в тунель і не боятися, розвивати моторику рук при конструюванні замка із лего. Продовжувати вчити грати в народні ігри « Галя по садочку ходила», «Вершник».



*Обладнання:* Іграшка – Колобок, фото-ескізи замка Любарта, герб Луцька, прапорець м. Луцька, лего, 2 візочки, «доріжки здоров'я», 2 стільчики, біла хустинка, квітка, 1 струмочок, 4 калюжі.

*Хід заняття.*

*Діти заходять до зали і стають в одну лінію.*

### ***Інструктор***

Гостей дорогих ми щиро вітаємо,  
Стрічаємо їх хлібом, з любов'ю та миром.  
А хто ви такі, любі діти?

### ***Дитина***

А ми, діти українські, хлопці та дівчата.  
Рідний край наш Україна, щира та багата.

### ***Інструктор***

Як називається наша країна? (відповідь)  
Якщо ми живемо на Україні, то як називають нас?  
(українцями)

У кожного з нас є рідна домівка, де ми народилися і живемо –  
це наше місто.

Як називається наше місто? (Луцьк)

А зараз до нас завітає гість.

Відгадайте загадку і скажіть хто це?

*Загадка.*

Він смачненький рум'яний, від діда, від баби втік.

І з віконця скік та скік, до лисички на язик. (колобок)



### **Інструктор**

Колобок ніколи не подорожував містом, не був він і у нашому м. Луцьку. Давайте ми йому розповімо і покажемо наше місто. Але так як він непосидючий - рушаємо скоріш в дорогу. (*інструктор тримає іграшку – колобок*)

### **Ходьба**

Вулицею Гордінок крокувала дівтора - раз, два, раз, два.

Коліна піднімали - руки на поясі тримали (*піднімання високо коліна*)

На носки ставали - руки догори піднімали (*ходьба на носках*)

У вітрини заглядали – руку до голови приставляли. (*повороти вправо вліво з почерговим прикладанням правої та лівої руки до голови*)

Привели ми колобка

До нашого дитячого садка.

### **Колобок**

Який номер вашого садочка?

*Діти* - №1

### **Колобок**

Як називається ваш садочок ?

*Діти* - «Лісова казка»

### **Колобок**

Як тут гарно. Деревя і ялинки, як у казковому лісі.

Яке чудове повітря.

Щоб здоров'я було в порядку,

Мене бабуся вчила робити зарядку.

Давайте, я і вас навчу.

Ставайте скоріше в коло.

### **Руханка Колобка**

Попросив дід бабу спекти мене - Колобка.

Бабуся рукави закотила (*почергово лівою та правою рукою проводити від кисті рук до плеча*)

І руки гарно мила. (*колові рухи кистями рук*)

Нахилилась, відра брала (*руки на поясі, нахили вперед, руки торкаються підлоги*)

І до комори вирушала.

**Колобок співає і показує рухи, всі діти повторюють.**

Баба йшла, йшла, йшла (*ходьба по колу*)  
Борошно знайшла.  
Сіла, посиділа – (*присідання*)  
Далі пішла.  
Стала баба на носок, (*поставити праву ногу на носок*)  
Потім ще на п'ятку. (*поставити праву ногу на п'ятку*)  
Станцювала гопачок, (*тупання ногами*)  
Потім ще присядку. (*в.п. - широка стійка, присісти руки на коліна, звук – «ух», а встати, руки догори звук – «ах»*).  
*Повторити пісню колобка два рази зі зміною ноги*  
А коли вона пихтіла,  
Тоді видих й вдих робила.  
**Колобок** Сподобалася вам руханка ?  
**Інструктор** А ще в нас є фруктовий сад.  
**Колобок**  
Чудово! А я знаю гру «Галя по садочку ходила». Давайте пограємо?  
**Діти** Так.

### **Гра «Галя по садочку ходила»**

*Інвентар:* 2 стільчики, біла хустинка, квітка.

*Хід гри:* посеред зали поставлені два стільчики спинками один до одного. На одному стільчику квітка, це – «садок». Діти стоять у колі, одна дитина (Галя) з хусткою в руках стоїть біля квітки.

*На слова:*

Галя по садочку ходила,  
Хусточку біленьку згубила,  
Ходить по садочку блукає,  
Хусточку біленьку шукає.

*Діти ідуть по колу вліво. Галя ходить усередині кола біля квітки і на слова «згубила» залишає хустинку на стільчику біля квітки, а сама преходить на другу сторону до сидіння стільчика, й удає, що шукає хустинку. Потім сідає на стілець.*

*На слова:*

Не журися, Галю-серденько,  
Ми знайшли хустинку біленьку,  
У садочку біля малини,  
Під зеленим листочком тернини.

*Діти йдуть по колу вправо і зупиняються. Одна дитина, визначена вихователем, підходить до стільчика з квіткою, бере хустинку і промовляє:*

*Ти, Галю, хустку не шукай,  
Хто знайшов, відгадай!*

*Якщо Галя, не оглядаючись, відгадає голос дитини, вони міняються місцями. Гра повторюється.*



### ***Колобок***

*А у вас у Луцьку є річка? ( діти відповідають)*

*Можливо, хтось знає, як вона називається?( Стир.)*

***Колобок** А у нас в лісі - тільки струмочки. Я так люблю через них стрибати. Ось, погляньте, і у вас після дощу струмочки з'явилися. Може через них пострибаємо? (діти діляться на дві підгрупи і перестрибують на двох ногах через струмочки)*



**Колобок** Ось як чудово пострибали.

Я чув, що у вас в місті є визначні місця.

**Діти** Так. Замок Любарта

**Колобок** Це там, де раніше лицарі були, верхи на конях їздили? Я знаю таку гру - «Вершник».

**Народна гра «Вершник»**

*Інвентар:* коник, обручі на кожну дитину, батіжок.

*Хід гри:* Лічилкою обирається вершник. Для всіх інших дітей розкладають по залі обручі чи малюють кола крейдою. Діти, взявшись за руки, ходять по колу, співаючи пісню.

Їду, їду, батіжком коня підганяю,

На вороному коні вітра доганяю.

Як проїхав чисте поле, мусив з коня злізти,

І коневі вороному мусив дати їсти.

Під пісню вершник «їздить» по залі на «коні». По закінченні пісні – вершник стає в якесь коло, решта розбігаються і шукають вільне кільце чи обруч, щоб стати в нього. Хто залишається без обруча, стає вершником.



**Колобок** Сподобалася вам гра? А ви, вмiєте будувати замки з лего? Давайте станемо у двi команди i збудуємо замки.

**Естафета «Збудуй замок»**

*Інвентар:* лего білого і зеленого кольору, 2 жовті основи, 2 візки, 2 прапорці з гербом м. Луцька.

*Хід естафети:* група дітей ділиться на дві команди. Перед кожною командою стоїть візок з лего. Попереду розташована основа замка. За сигналом діти везуть візок з лего до основи замка,

беруть одну цеглинку, викладають замок і повертаються назад, де передають візок наступному гравцю. Остання дитина на замок прикріплює прапор з гербом м. Луцька.



**Колобок** Але ж і гарні замки. Ви просто справжні лучани. Так називають людей, які живуть у м. Луцьку. Мені дуже у вас сподобалося, але вже час йти. Дякую вам ! До побачення!

*Діти під музику марширують по залі, стають на носки - вдих, руки через сторони догори, видих - руки вниз і виходять із зали.*

### **Старша група «МОЯ КРАЇНА - УКРАЇНА»**

**Мета.** Закріплювати вміння лазити по гімнастичній стінці перемінним кроком. Долати перешкоди, переступаючи через бар'єри. Розвивати мотивацію до праці. Використовувати інноваційну технологію - Палички Кюїзенера. Виховувати патріотизм, любов до свого народу, до України. Вносити через фізичну культуру елементи народознавства, природознавства, фольклору. Продовжувати вчити виконувати загальнорозвиваючі вправи «Хлібороби». Розвивати моторику рук, уяву, силу, витривалість, спритність в рухливих іграх: «Тече річенька невеличенька», «Віночок», змагатись в естафетах.

**Обладнання:** колоски на кожную дитину по 2 шт., коси для косарів, пазли мапи України, прищіпки жовті і блакитні, тканина синя, палички Кюїзенера жовтого кольору, 2 шт. голубого картону, 13 султанчиків, мала трембіта, малі українські прапорці на кожную

дитину, 2 намиста, кокошники – листочки для хлопчиків і квіточки для дівчат, 2 коники на палиці, 2 кам'яністі доріжки, 2 бар'єри, 2 кольорові доріжки, рушник з хлібом.

### ***Інструктор***

Я людина українська,  
Вкраїнського роду,  
Українці – то є назва  
Словенського народу.  
Україна – то край слави  
Аж по Чорне море,  
Україна – то лан пишний,  
І степи і гори.

*Під «Козацький марш», діти заходять до фізкультурної зали.*

Ходьба на носках, п'ятах, з високим підніманням колін.  
Перешиковування в колони по чотири.

### ***Інструктор***

Осінь брала відра золоті,  
Пшениці озимі поливала,  
Потім сіла на людським путі  
І зернята дітям роздавала.

### ***Загальнорозвиваючі вправи «Хлібороби»***

Зернятка в землю посадили і пшеницю ми ростили.

*(в. п. – поза ембріона)*

Проростали догори, здорові, міцні стебельки.

*(в. п. - сидячи на підлозі на колінах; встати на коліна, повернутись у в.п. )*

Тихенько листя проростало, мов руки в сторони підняло.

*(стоячи на колінах, руки догори - вниз)*

Тягнеться до сонця все, і наше листя молоде.

Пшениця гарна в нас зросла.

*(діти беруть колоски в руки і встають на ноги)*

Голівка товста, золота.

Вітерець її гойдає, на всі сторони хитає.

*(нахили тулуба вправо, вліво)*

Босоніж по росі вийшли справжні косарі.  
(виходять косарі і косять пшеницю)  
Всю пшеницю покосили і в снопи її зложили.  
(діти перешиковуються по4, руки догори)



### ***Інструктор***

З хлібом у нас зустрічають гостей,  
Хліб на весіллях цвіте в короваї.  
І кращих немає на світі вістей,  
Ніж – хліб уродився у рідному краї.  
(виходить дівчинка з хлібом на рушнику).



### ***Дитина 1***

Ми малі та всі ми друзі.  
Ми – одна родина.  
Найрідніша наша мати –  
Славна Україна.



## 1. Естафета «Виклади з пазлів мапу України»

*Інвентар:* пазли мапи України, 4 бар'єри, стіл, мапа з контурами областей України.

*Хід естафети:* дітям роздають пазли. За сигналом діти почергово біжать вперед, перестрибують через бар'єри і на столі шукають місце для свого пазла, таким чином викладаючи мапу України.



## Дитина 2

Синьо – жовтий прапор маєм:

Синє – небо, жовте – жито;

Прапор свій оберігаєм,

Він – святиня - знають діти.

## 2. Естафета «Синьо - жовтий прапор»

*Інвентар:* прищіпки та великі кришки блакитного та жовтого кольору, 2 картонні заготовки, 6 колосків.

*Хід естафети:* дітям роздають прищіпки і кришки жовтого і блакитного кольорів.

На столі лежать 2 білі картонні заготовки. За сигналом діти почергово біжать вперед, обминаючи колоски, викладають прапорці і повертаються назад.



### ***Дитина 3***

Наш герб - тризуб,  
Це воля, слава, сила;  
Наш герб – тризуб.  
Недоля нас косила,  
Та ми зросли, ми є,  
Ми завжди будем,  
Добро і пісню  
Несемо ми людям.

### **3. Естафета «Наш герб – тризуб»**

*Інвентар:* стіл, зразок герба, палички Кюїзенера, 2 коники, 4 фішки

*Хід естафети:* попереду стіл. Дітям роздають палички Кюїзенера. Першим дітям дають коня. За сигналом діти стрибають на конях, обминаючи перешкоди, підбігають до столу і викладають герб. Тим же шляхом повертаються назад і передають коня наступному гравцю.



### ***Дитина 4***

Який же він широкий і свобідний  
Здається цілий світ перепливе.  
-Як довго нам шумітиме  
Наш Дніпр рідний,  
Так довго і надія в нас живе.

### ***Інструктор***

Діти! Які річки України ви знаєте?  
/Дніпро, Прип'ять, Десна, Буг, Стир.

### **4. Рухлива гра «Тече річенька, невеличенька»**

*Інвентар:* по 1 султанчику на кожну дитину, 2 фішки.

*Хід естафети:* діти стають парами. Кожній парі дають по султанчику. Діти піднімають руки із султанчиком догори і за словами «тече річенька, невеличенька» остання пара починає рухатись по коридору піднятих рук вперед і стає попереду всіх дітей. За ними ідуть решта пар і так доходять до фішки.



### ***Дитина 5***

Гей піду я в гори  
Між стрункі смереки.  
Гляну на простори,  
На міста далекі.

### ***Інструктор***

Відгадайте загадку:  
Носить бабка снігову шапку.  
Кам'яні боки закутані в хмарки (гора)

Назвіть гори України. /Карпати, Кримські гори/  
А може хтось знає назви вершин гір?  
(вища точка гори – Роман-Кош, Говерла).



## 5. Естафета «Любо нам у рідних горах»

*Інвентар:* гімнастичні драбини, прапорці, 2 стаканчики, «гори», «кам'яні перешкоди».

*Хід естафети:* кожній дитині дають по малому українському прапорцю. За сигналом одна команда дітей, перестрибуючи через «кам'яну» перешкоду, біжать до Карпатських гір, друга команда – до Кримських. Лізуть по драбині до вищого піку і ставлять в закріплений стаканчик прапорець.



### *Дитина 6*

Ой вдягнуся у неділю  
У вишивану сорочку,  
У червону спідничину  
І коралі на шнурочку.

## 6. Естафета «Чарівне намисто»

*Інвентар:* 2 кубу, 2 червоних намиста.

*Хід естафети:* попереду на кубах лежать червоні намиста. За сигналом інструктора діти по чергово біжать вперед, одягають намисто на себе, повертаючись назад, одягають наступному гравцю, який біжить і кладе його на куб.

### *Дитина 7*

Заплету я свої коси  
І візьму віночок з рути,  
Ще васильком завітчаюсь,  
Чи від мене кращій бути?

## 8. Рухлива гра «Віночок»

*Інвентар:* кокошники з листочками, обручі з квіткою

*Хід гри:* хлопчики стають один за одним тримаючись за руки і йдуть вправо, а дівчата тримаючись за руки вліво. Доходячи до хлопчиків, які піднімають руки догори, дівчата проходять поміж підняті руки, переплітаючись у вінок і стають між хлопцями утворивши коло - «вінок» і танцюють під музику.

На галявину підемо,  
Собі квіточку знайдемо.  
Листок до квітки прикладемо  
У віночок заплетемо.  
Вінок по колу ти гуляй  
Та наших діток забавляй.



### Дитина 8

Знаю, бо казала мені моя ненька,  
Що я українка, правдива, маленька.  
Знаю – Україна серцю моєму мила,  
Я по-українськи молитися вчила.  
А моя опора – то Божая Мати,  
Мати Україна, повна благодаті  
- Ось мою молитву прийми, Отче Боже,  
Нехай Україні вона допоможе.

*Лунає гімн України і діти співають.*

*На згадку про заняття дітям чіпляють символічні бантики.*

### III. СПОРТИВНІ РОЗВАГИ

#### Середня група «НЕЗАЛЕЖНА УКРАЇНА»

*Мета:* удосконалювати навички швидкого бігу, розвивати силу м'язів рук, ніг, спини у вправах та естафетах; виховувати бажання бути сміливими, дужими, кмітливими. Формувати інтерес до історії України, народних звичаїв, традицій, ігор. Розвивати патріотизм. Любов до свого народу.

*Обладнання:* 2 гімнастичні лави, 2 куби, рибки, річка, трафарети і смужки слова «мир», жовті і сині квіти, коралі, колоски пшениці, соняшники, 2 човники, мапа України, 2 обручі.

#### *Інструктор*

Незалежність України - день особливий і для дорослих і для дітей

Край, де ми народились,  
Де ростемо, живемо,  
Батьківщиною ми ніжно  
І з любов'ю зовемо.  
Її обереги – верба і калина,  
Найкраща у світі - моя Україна.  
В нас сьогодні гарне свято –  
День народження в країні нашій,  
Незалежній, новій, вільній  
Мальовничій Україні!

Наша ненька Україна багата родючою землею – чорноземом. Чорнозем – це найродючіший ґрунт землі. Наша країна – одна із виробників зернових культур (жита, ячменю, пшениці), цукру, соняшнику й інших. А люди які працьовиті.

Давайте допоможемо зібрати соняшники і пшеницю.

#### **1. Естафета «Зберемо соняшники та пшеницю»**

*Інвентар:* соняшники, колоски, 2 гімнастичні лави.

*Хід естафети.* попереду стоять гімнастичні лави. Навпроти хлопців на підлозі лежать колоски пшениці, а навпроти дівчаток – соняшники. За сигналом діти по чергово біжать до лав, сідають на

них і за допомогою рук і ніг просуваються вперед, сходять з лави і беруть дівчата один соняшник, а хлопці - колосок і повертаються назад.



### ***Інструктор***

Україна славиться морями, озерами і річками. Найбільша річка України – це Дніпро. В річці багато різної риби. Давайте ми з вами на наших човниках наловимо риби.

### **2. Естафета «Наловимо риби»**

*Інвентар:* блакитна тканина - «річка», рибки, 2 відеречка, 2 човники, 2 сачки.

*Хід гри:* група дітей ділиться на дві команди. Першим дітям дають човен. Діти сідають в нього, тримаючи човен, біжать вперед до річки, сачком беруть одну рибку і кладуть у відерце. Повертаючись назад, віддають човник наступному гравцю.



Давайте трохи відпочинемо і пограємо в народну гру «Віночок».

### **Українська народна гра «Віночок»**

*Інвентар:* український віночок.

*Хід гри:* діти стають в коло. Під музику чи пісню передають віночок один одному. На кому зупиняється пісня, той танцює з віночком, а діти плескають у долоні. Гра повторюється.



### ***Інструктор***

Намісто – одна з найдавніших жіночих прикрас на Україні. Червоні коралі на тлі української вишиванки – це неймовірна краса і вишуканість.

## **2. Естафета. «Надягнемо коралі і назбираємо квіти»**

*Інвентар:* обручі, стіл, намисто на кожну дівчинку, по 2 квітки жовтого та синього кольору на кожного хлопчика,

*Хід естафети:* попереду команд стоять обручі, куби, стіл. На столі зі сторони дівчат коралі, а напроти хлопчиків – жовті та сині квіти. За сигналом діти по чергово біжать вперед, пролазять в обруч головою вперед. Дівчата одягають на шию коралі, оббігають кубик і повертаються назад. А хлопці беруть дві квітки – жовту і синю.

### ***Інструктор***

А тепер хлопчики подаруйте своїм дівчатам жовті квіти. І ми струмочком підемо до мапи України і прикрасимо її квітами, щоб наша країна розквітала. Як в пісні співають:

Розквітай, розквітай, Україно моя,  
Одягни вишиванку гарненьку.



Розквітай, розквітай, Україно моя,  
Ми твої діти маленькі.



#### **4. Естафета «Розквітай, Україно моя»**

*Інвентар:* стіл з мапою України, жовті і сині квіти.

*Хід естафети:* попереду стіл з мапою України. Хлопці з жовтими і синіми квітами підходять до дівчат, дарують їм одну жовту квітку, стають парою і піднімають руки з квітами догори. Гра «струмочок». Звучить музика, діти починаючи з останньої пари пробігають під руками дітей і стають попереду всіх. Таким чином підбігають до столу, стають навколо мапи і кладуть на неї сині і жовті квіти.

#### ***Інструктор***

Прапор України складається з двох однакових горизонтальних смужок – синього та жовтого кольору.

Діти, хто з вас знає, що відображає синій та жовтий кольори на українському прапорі? (чисте небо, пшеничне поле). Вірно.

Українці – мирні люди. І ми всі хочемо жити в мирі. Давайте спробуємо викласти слово мир.

#### **5. Естафета «Викладемо слово МИР»**

*Інвентар:* стіл, 2 трафарети слова мир, сині та жовті смужки.

*Хід естафети:* попереду стоїть стіл. на столі лежать білі трафарети слова «мир» та тарілки з синіми і жовтими смужками. За сигналом – діти по чергово біжать вперед і викладають кольорові смужки на білі трафарети - слова МИР.



### ***Інструктор***

Красивий, щедрий рідний край

І мова наша – солов'їна,

Люби, шануй, оберігай

Усе, що зветься .....(*діти*) УКРАЇНА.

### **Середня група «ВОЛИНЬ МОЯ»**

*Мета.* Спонукати дітей до активності в процесі виконання ігрових дій з предметами. Закріпити знання про рідний край, місто, озера та річки. Розвивати бажання включитися в ігрові вправи. Розвивати спритність, увагу.

Виховувати товариські відносини під час гри та естафет. Виховувати любов до рідного краю, до сім'ї та України.

*Обладнання:* 2 сонечка, червоні стрічки, 2 великих м'ячі, рибки на кожну дитину, 2 сачки для риби, колоски на кожну дитину, вінок, 2 кільця, квіти на кожну дитину.

Хід заняття.

*Під музику діти мов журавлі заходять до зали.*

### ***Інструктор***

Ой, летіли журавлі (*діти ідуть і махають руками*)

То великі, (*ходьба на носках*)

То малі ( *ходьба напівприсядки* )  
І сідали на землі ( *присіли* )  
І співали: три-лі-лі ( *діти називають звуки* )  
Облітав журавель ( *біг по колу* )  
100 морів, 100 земель.  
Облітав, обходив ( *високо піднімати ноги зігнувши в колінах,  
перешиковуючись в пари* )  
Крила, ноги натрудив.  
Ми спитали журавля:  
«Де найкраща є земля?»  
Журавель відповідає:  
«Краще рідної немає»  
( *відповідають діти* )



### ***Дитина***

Хоч ми всі іще маленькі,  
Ми вже добре знаємо,  
Що звемося – українці  
Й українських предків маємо.  
Тато, мама, брат, сестричка  
І всі інші члени роду –  
Всі належать до одного -  
Українського народу.

### ***Інструктор***

А тепер можна трохи погратися та позмагатися. Ми живемо в  
Україні, а наш край називається, як діти? (*Волинь*)  
Люди прославляють наш край в піснях, віршах, працею своєю.  
*Волинь моя, краса моя, земля моя сонячна.*

Давайте ми з вами викладемо сонце, яке буде зігрівати нас всіх волинян. (Так називають людей які живуть на Волині).

### **1. Естафета «Виклади сонечко»**

*Інвентар:* 2 сонечка, жовті стрічки на кожну дитину, фішки.

*Хід естафети:* кожній дитині роздають жовті стрічки. Попереду розташовані сонечка. За сигналом діти по чергово біжать вперед і викладають промінці навколо сонечка.



### ***Інструктор***

У кожного народу є святині.  
Святині є і в рідній Україні:  
Батьківська хата, материнська пісня,  
Рушник на образах пречистих.  
Дівочий віночок, червона калина,  
І хліб український – наша святиня.  
Вони наша спадщина, наш оберіг.

Давайте побачимо які ви спритні і викладемо українські віночки.

### **2. Естафета «Збери віночки»**

*Інвентар:* віночки на кожну дитину, 2 кільцекиди, 4 фішки.

*Хід естафети:* попереду розташовані кільцекид і фішки. Кожній дитині дають віночки. За сигналом діти по чергово біжать вперед обминаючи фішки до кільцекида кладуть на нього віночок. Потім грають у народну гру «Віночок».

## Народна гра «Віночок»



### *Інструктор*

Недарма ви до нас залетіли журавлями. Бо на Волинь вони повертаються щороку. Не раз ми бачимо, як вони походжають по полях. Це говорить про те, що їм тут добре. Тут чисте повітря, є багато для них їжі.

Наша земля дуже тендітна і її необхідно оберігати. Не засмічувати різним сміттям, не вирубувати ліси. А навпаки: садити дерева, кущі та квіти, щоб вона була гарною.

Є такий вислів: «Оберігати так, мов носити на руках».

Давайте спробуємо це зробити.

### **3.Естафета «Збережи земну кулю»**

*Інвентар:* 2 великих м'ячі

*Хід естафети:* кожна команда ділиться на дві підгрупи і стають один навпроти одного. Дитині першої підгрупи дають великий м'яч. За сигналом дитина з м'ячем біжить вперед до другої підгрупи, передає м'яч першій дитині і стає в кінець за дітьми другої підгрупи. Дитина другої підгрупи з м'ячем біжить до дітей першої підгрупи і передає м'яч і стає в кінець за ними.



### ***Інструктор***

Земля різнокольорова. Зелений колір від трав і дерев. Синій - від річок, озер морів та океанів. Наша Волинь також має багато озер і річок. Хто знає назви наших відомого озера і річки? (*Озеро Світязь і річка Стир*). Давайте ми з вами наповнимо наші озера та річки рибою.

### **4. Естафета «Запустимо рибу у річки і озера»**

*Інвентар:* 2 відерця, рибки, 2 озера, 2 сачки.

*Хід естафети:* біля дітей стоять відра з рибою. Першим гравцям дають сачок для риби. За сигналом діти по чергово сачком беруть одну рибку і біжать вперед до ставка, випускають рибу, біжать назад і віддають сачок наступній дитині.



### ***Інструктор***

Українська земля завжди славилася своїми пшеничними полями. На Волині також багато пшеничних полів. Давайте ми зберемо наш золотий вражай.

А що, діти, виробляють з пшениці? (*хліб*).  
Хліб – усьому голова.

### **5. Естафета «Золотий колос Волині»**

*Інвентар:* колоски на кожну дитину.

*Хід естафети:* попереду розташоване пшеничне поле. За сигналом діти по чергово біжать вперед, беруть по одному колоску і повертаються назад.



### ***Інструктор***

Дуже спритні і справжні українці підрастають в нашому садочку. Давайте поплескаємо нам, нашому рідному краю – Волині і Україні.

### **Старша група «СПРИТНІ КОЗАКИ»**

*Мета.* Формувати інтерес до народних звичаїв, розширити знання дітей про запорізьких козаків, їх побут та звичаї. Удосконалювати навички швидкого бігу, вміння тримати рівновагу, стрибати на 2 ногах, рухаючись вперед у мішках. Розвивати фізичні якості дітей: спритність, кмітливість, активність.

Виховувати шанобливе ставлення до запорожців, спонукати до наслідування їх рис характеру: добродушності, безкорисливості, товарииськості, бажання завжди прийти на допомогу.

*Обладнання:* мішок з атрибутами до естафет та гостинцями для дітей, 2 мішки (для стрибків), 2 шаблі, 10 коней, 2 дерев'яні ложки, 2 миски з сіллю, 2 чоботи, стрічки на кожну дитину, 2 віночки, 20 вареників, 4 миски для вареників, 2 гарбузи.

*Хід розваги.*

### ***Інструктор***

Колись на нашій славній українській землі козаки заснували Запорізьку Січ. Всі ми – нащадки славного козацького роду, якому нема переводу. Козаки споконвіку славилися своєю мужністю, витримкою, спритністю, винахідливістю. Наші найменші козачата покажуть, що вони гідні продовжувачі свого роду. Починаємо розвагу «Спритні козачата».

*Під звуки козацького маршу діти заходять до спортивної зали. Попереду йде Козак (дорослий), а в кінці колони йде дружина козака – Оксана. Діти шикуються в лінію.*

### ***Козак***

Прийміть від мене – Козака, і від усього козацького роду найщиріші вітання та побажання:

Щоб хлопчики – козаки

Були міцними, як дубки!  
А дівчатка – ластівки,  
Як червоні ягідки.

**Оксана** (дружина козака): – А куди це ти, чоловіче, нас завів і що задумав?

**Козак** – Ох і любив же я, коли був такий, як ви, забавлялись, гралась, змагались та веселитесь. А ви хочете позмагатися? Але спочатку необхідно зробити розминку.

Ставайте діти парами – кожен зі своїм надійним товаришем та поміряйтесь силою, як колись козаки.

### **Комплекс загальнорозвиваючих вправ «Вправні козачата»**

1. «Козаки міряються силою» (упор долоні в долоні, згинання та випрямлення рук)

2. «Козаки боряться» (руки на плечі, нахили тулуба праворуч-ліворуч).

3. «Плуг» (лежачи на спині, голова до голови, руки зчеплені, піднімають ноги вгору, торкаються носками один одного).

4. «Козаки пливуть у чайці» (сидять, приставивши підосви ніг, роблять нахили вперед-назад, тримають руки в сторони).

5. «Козаки перетягують один одного» (стоячи спиною один до одного, руки зчеплені в ліктях, виконують нахили по чергово вперед).

6. «Козаки танцюють гопак» (стоячи, у в. п. – руки на поясі, виконують присідання, розводячи руки в сторони, в. п., піднімають руки вгору, виставивши праву-ліву ногу на п'ятку).

7. «Козаки розминають м'язи ніг» ( 4 стрибки назад та вперед один до одного)

8. Спокійна ходьба на місці на відновлення дихання.





**Оксана** – Ось, бачишь, чоловіче, як діти підростають. Я думаю з усіма твоїми завданнями вони справляться.

**Козак** – Ну, що ж побачимо зараз. Є тут у мене в торбі. (витягує чоботи) Чоботи, чоботи, ви мої, наробили клопоту ви мені. В них не раз я в розвідку ходив.

### **1. Змагання – естафета «Козаки – розвідники»**

**Інвентар:** чоботи, 6 ворожих наметів.

**Хід естафети:** першим дітям дають взути чоботи. Необхідно пробігти змійкою між ворожих наметів і повернутись по прямій до команди і передати чоботи наступному гравцеві.



### **Козак**

Діти, а ви чули про таких сміливих і сильних людей, як чумаки? (Діти дають відповіді) Правильно, чумаки – це ті козаки, котрі в давнину возили сіль на Україну, а ще – рибу та всякий інший харч. Та дорога, по якій чумаки їздили до моря називалася чумацьким шляхом. В дорозі з чумаками всякі пригоди траплялися, але сміливим і спритним людям все було під силу. Хочете уявити себе чумаками? Тоді необхідно перед дорогою підкріпитися. Знаєте, яка любима страва козаків? (вареники)

Тільки в хаті українській  
Покуштуєш диво з див:  
Ось півмісяця у мисці,  
А над ними в'ється дим.

### 3. Естафета «Наїмося вареників»

*Інвентар:* великий стіл з варениками на кожну дитину, 2 дерев'яні ложки, 4 миски, 2 гарбузи, 2 малих столи.

*Хід естафети:* попереду команд розташовані гарбузи, стоїть стіл з 2 мисками вареників і біля кожної команди 2 столи з мисками. Першим гравцям дають по дерев'яній ложці. За сигналом діти почергово біжать вперед, перестрибують через гарбузи, беруть ложкою один вареник і повертаються по прямій назад, кладуть вареник у миску та передають ложку наступному гравцеві.



### *Козак*

Ну, що, підкріпилися? Тоді час їхати. Ось вам по конику вороному і вперед!». Час їхати по сіль.

### 3. Естафета «Подорож за сіллю»

*Інвентар:* 2 торбинки, 2 ложки, 2 миски з сіллю, 2 коні, 2 тунелі, 2 доріжки здоров'я.

*Хід естафети:* Хлопцям роздають торбинки і коней. Перші козаки сідають на коней і скачуть до тунелів. Ставлять своїх коней біля них, пролізають в середину (за ними стоїть миска із сіллю і ложкою), насипають в торбинку одну ложку солі, сідають на коней і повертаються назад.



**Козак** Зараз подивимося, в кого важчий мішок із сіллю.  
В цих мішках треба стрибати,  
Силу, спритність показати.

#### 4. Естафета «Стрибки у мішках»

*Інвентар:* 2 мішки, 2 фішки.

*Хід естафети:* першим дітям дають по мішку. Стрибки вперед навколо фішок і по прямій до команди, де передають мішок наступному гравцю.



**Оксана**

– Наші дівчата такі спритні, працюваті, вправні, сміливі – ну справжні козачки, але вони ще й уміють створювати красиве і навчають хлопців.

А козаки зможуть вплести стрічки у вінок?

Погляньте, які вони гарні. Наші дівчата квіти збирали у вінки свої вплітали.

До барвистого віночка  
Вишиваночка сорочка,  
Фартушок і чобітки,  
Й різнокольорні стрічки.

#### 5. Естафета «Прикраси вінок стрічками»

*Інвентар:* кольорові стрічки на кожну дитину, 2 віночки, 2 обручі.

*Хід естафети:* дітям дають кольорові стрічки. За сигналом діти по чергово пролазять в обруч, біжать до Козака і Оксани і на віночок зав'язують стрічку. Повертаються назад по прямій.



**Козак** - Молодці, козаки! Справилися із завданням. Скажіть, а ви козацькі прислів'я знаєте? Тоді пограємо в гру.

### **Гра «Продовж прислів'я»**

*Козак говорить початок прислів'я, гравці повинні закінчити його. Учасники, що знають відповідь, піднімають руку.*

Степ та воля - ... (козацька доля)

Слава козацька, - а життя ... (собацьке).

Козак на печі - ... (ворог Січі).

Хліб та вода – ... (то козацька їда).

То не козак, що не думає ... (отаманом бути).

А що козакові треба... (степу, хліба й неба).

Щирий козак... (ззаду не нападає).

Що там холод, коли... (козак молод)!

**Оксана** Діти, може в гру пограємо? Знаєте українську народну гру «Регіт»?

### **6. Українська народна рухлива гра «Регіт»**

*Хід гри:*

Всі стають по двоє, а попереду - «регіт», «регіт» каже:

Горю, горю, палаю,

Кого люблю, - спіймаю!

Раз, два, три!

Остання пара лети!

*Остання пара біжить, «регіт» ловить. Кого спіймав, з тим стає у пару попереду всіх, а той, хто лишився – буде «регіт». Якщо «регіт» нікого не спіймав, ця пара, що тікала, стає попереду, а «регіт» лишається, аж поки когось не зловить.*



**Козак** Спритні були всі: і козачки й козаки. Оксано, неси гостинці , які приготувала для дітей.

**Оксана** Зараз, зараз я вам щось приготувала. (*Приносить гостинець*)

**Козак**

Нема землі такої, як у нас,  
Сміється колосок, низько схилився,  
Вона – земля єдина із окрас,  
Де ти, де я на світі народився.

**Оксана**

Чужих земель ніколи не шукайте,  
Чужих стежок не змушуйте топтати,  
В своїх краях щасливі виростаєте,  
Де Батьківщина рідна ненька-мати.

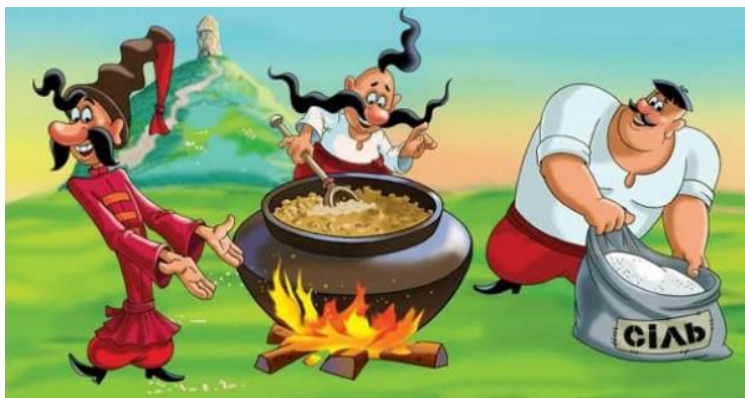
**Козак**

Зичимо здоров'я від водиці ключової,  
Багатства від землі святої.

*Діти за Козаком і Оксаною під марш виходять із зали.*



## Старша група «ЯК КОЗАКИ КУЛІШ ВАРИЛИ»



### *Мета.*

Закріпити знання дітей про козаків, їх побут, звичаї, традиції. Викликати бажання брати участь в змаганнях, іграх, естафетах.

Виховувати бажання зростати здоровими та спритними, швидкими, сміливими. Розвивати швидку реакцію на сигнал. Виховувати любов до рідного краю.

*Обладнання:* квіти на кожную дівчинку, 2 коромисла, 4 ведерця, колодязь, таз з водою, казан, 2 «вогнища», торбинки на кожного хлопчика, миска з сіллю, 2 ложки, кільце, блакитна тканина – «річка», резинки на кожного хлопчика, куб, шаблі, 6 фітнес килимків.

### *Хід розваги.*

#### **Козак**

Сьогодні свято – конкурс нині,  
Сьогодні все козацтво тут.  
І в цьому залі радість лине,  
Козацькі ігри всіх нас ждуть.

Доброго дня, шановна громадо! З давніх-давен людям відомо:  
«Дерево життя – це гілочка, на якій ростуть три листочки.

Перший листочок – символ минулого,  
другий - сучасного,  
третій – майбутнього.

Діти, а ви знаєте, що означає слово «козак»?

## ***Діти***

Козаки – це вільні люди!  
Козаки – безстрашні люди!  
Козаки – борці за волю!  
За народу кращу долю.  
Козак – це людина чесна і смілива,  
Найдорожча йому Батьківщина!  
Козак – слабому захисник,  
Цінити побратимство звик.

## ***Козак***

Увага! Розпочинаються змагання козаків у силі, спритності та швидкості. Але спочатку зробимо розминку.  
*Під музику «Гопачок» діти виконують вправи.*

## ***Козак***

Добре і гарно розминку зробили тепер ми побачимо, які ви спритні.

Ви знаєте, хто очолював козацьке військо? (*Гетьман*)

Так хай попереду ваших команд стають – Гетьмани.

## **1. Естафета «Кмітливі козаки і козачки»**

*Інвентар:* 2 фішки, 2 гарбузи.

*Хід естафети:* діти стають парами хлопчики з дівчатами. Між грудьми затискають великий гарбуз, руки «човником» в сторони. Почергово приставним кроком йдуть вперед до фішки і назад, передають гарбуз наступній парі.

***Козак*** Як називалася хата, в якій жили козаки? (*Курінь*).

А де розташовувались козацькі табори? (*На Запорізькій Січі*).

## ***Козачка***

Поки козаки на Січі тренувалися – козачки городи обробляли та овочі збирали

## **2. Естафета «Козацька спритність»**

*Інвентар:* город з овочами, великий кошик, коник, шабля, набивна груша.

*Хід естафети:* напроти козаків розташована набивна груша. Козаки стають один за одним. У першого гравця шабля і коник. За

сигналом козак просувається вперед, шаблею торкається по набивній груші і повертається назад, віддає коника і шаблю наступному гравцю.

А для козачок попереду город з овочами. За сигналом дівчата почергово біжать вперед, беруть будь-який овоч, кладуть його в кошик і повертаються назад.



### ***Козачка***

Не легко було нашим козакам, але вони все долали. Через широкий Дніпро та Дунай переправлялися на своїх човнах. А дівчата їх проводжали.

Як називався козацький човен завдовжки близько 20м?  
(Чайка)

### **3. Естафета «Переправа»**

*Інвентар:* 2 човники, 2 фішки.

*Хід естафети:* першим дітям дають по човнику. За сигналом діти біжать до фішки, обминають її і передають човник наступному гравцю.





### ***Козак***

Коли наші козаки переправлялися через річку їх вже на березі підстерігали вороги. Там вони і полонили їх. В полоні дух свій козацький вони підтримували українською піснею.

### ***Пісня козаків***

З ким вели війни козаки за незалежність? (З Туреччиною, Польщею)

### ***Козачка***

Але наші козаки там довго не забарилися і дуже швидко втекли з полону.

## **4. Естафета «Втеча козаків з полону»**

*Інвентар:* 2 дороги, резинки для кожного хлопця.

*Хід естафети:* попереду дві дороги. Хлопці діляться на дві підгрупи. Кожному гравцю дають по резинці. За сигналом перший гравець сідає на доріжку, одягає на ступні ніг резинку і піднявши руки догори, котиться вперед до кінця дороги. Встає і стрибає на двох ногах назад до команди. Коли перша дитина покотилася, друга сідає і одягає резинку на ноги і чекає повернення першого гравця, тоді починає котитися. Коли всі виконають вправу, стають в одну шеренгу і одягають на очі стрічку.

### ***Козак***

У темряві до села поверталися козаки. Йшли вони на спів дівочий.



## **Гра «Відшукай дівчину».**

*Хід гри:* Дівчата водять хоровод і співають «Подольночку». Хлопці йдуть із закритими очима, шукають дівчину і стають з нею в пару, знімаючи стрічку з очей і танцюють разом.

## ***Козачка***

- Зголодніли козаки в полоні. Необхідно їх нагодувати – куліш зварити. Взяли дівчата коромисла та відра і пішли по воду. Але спритні козаки вирішили дівчатам допомогти.

### **5. Естафета «Наносимо води»**

*Інвентар:* «вогнище», казан, 2 коромисла з відрами, колодязь з мискою води.

*Хід естафети:* посередині зали стоїть на «вогні» казан. В кінці зали колодязь. Дівчата з хлопцями стають в дві колонки один навпроти одного. Хлопці біля колодязя, а дівчата – напроти.

За сигналом дівчата з коромислами біжать до колодязя. Хлопці набирають в колодязі воду і наливають у відра. Забирають у дівчаток коромисла і вони парами біжать до казана, виливають воду, підбігають до дівчат і віддають коромисла наступній дівчині.



***Козак*** Діти, ви чули про таких сміливих і сильних людей, як чумаки? (Відповіді дітей).

Правильно, чумаки – це ті козаки, котрі в давнину возили сіль на Україну, а ще – рибу та всякий інший харч.

Та дорога, по якій чумаки їздили до моря називалася чумацьким шляхом. В дорозі з чумаками всякі пригоди траплялися, але сміливим і спритним людям все було під силу. Хочете уваяти себе чумаками? Тоді беріть у помічники свою фантазію і рушаємо в подорож.

## 6. Естафета «Хто більше солі привезе і найкращий вінок сплете?»

*Інвентар:* 2 доріжки «здоров'я», тунель, миска з сіллю, торбинки на кожного козака, кільце для вінка, квіти на кожную дівчинку, куб.

*Хід естафети:* попереду для хлопців кам'яна доріжка, тунель, море з сіллю. А для дівчаток попереду розташовано на кубі кільце для вінка. Діти стають у дві колонки: дівчата і хлопчики. Першим хлопцям дають торбинку, а дівчатам квіти. За сигналом вони почергово біжать вперед. Козаки по доріжці до тунелю, де пролізаючи в нього ложкою черпають там сіль, насипають в торбинку і повертаються назад. А дівчата почергово біжать до куба і на кільце, кладуть квітку і біжать по прямій назад.



### *Козачка*

У вишневому садочку  
Скопала я грядочку  
Та посію я квіточок  
На Івана Купала на віночок.

### *Дражнилки*

#### *Дівчата*

На Івана на Купала, що Іван діє?  
Гречку сіє.  
А у нашої гречки гарні вершечки.  
Що Іван діє?  
Пшеницю сіє.  
А у нашої пшениці жовті косиці.

Було б тобі, Іванку, з нами не купатися,  
Було б тобі, Іванку, з нами не гратися.

### ***Хлопці***

Ой, на Івана на Купала  
Не виспалася Наталя.  
Погнала бичка дрімаючи,  
На пеньки ніжки збиваючи.  
Приточи, Боже, більше ночі  
На Наталки чорні очі.

## **7. Естафета «Як на Івана на Купала»**

*Інвентар:* 2 «вогнища», блакитна тканина - «річка», палиці для хлопчиків, віночки для дівчат.

*Хід естафети:* попереду «вогнище» і «річка». Дівчата стоять з віночками, а хлопці з палицею за «річкою». За сигналом дівчата по чергово біжать вперед, стрибають через «вогнище», кладуть віночок у «річку» і повертаються по прямій назад. А хлопці, палицею дістають його, стрибають через річку і вогнище, підбігають до дівчинки, одягають віночок їй на голову і стають в пару.



### ***Козак***

Здоров'я і щастя всій нашій родині,  
А цвіту і плоду моїй Україні!  
Щоб був достаток на столі  
У кожному місті і селі.

*Наш куліш вже зварився. Будемо ним частуватись і здоров'я здобувати.*

## Старша група «УКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ОДЯГ»

*Мета.* Забезпечити відповідну рухову активність дітей. Продовжувати вчити дотримуватись правил в іграх та естафетах. Розвивати увагу, швидкість, спритність, витримку. Закріплювати інтерес до фізкультури і рухливих ігор.

Продовжувати знайомити дітей з елементами українського національного одягу. Навчати бачити спільне і відмінне в одязі хлопчиків і дівчаток.

*Обладнання.* 2 стільці, шаровари для хлопчиків, спіднички, віночки, намисто на кожную дівчинку, хутряна шапка, пояси, 2 гімнастичні лави, 2 кріплення для вишивання, по 2 стрічки з резинками по краях на кожную дитину за кольором, 2 фішки, куш, 2 невеликих кубики.

*Хід розваги.*

**Інструктор**

Доброго здоров'ячка любі діти!

Послухайте легенду про вишиванку.

Давно був час коли люди на землі почали вимирати від хвороби, якої ніхто не знав. Втікали люди із сіл в ліси. Та за ними йшла хвороба, не жаліла ні старих, ні малих. Люди були в розпачі.

- Що робити? Як врятуватися самим і врятувати дітей від хвороби?

Та ніхто не знав. Аж ось невідомо звідки прийшла в село бабця старенька і сказала:

- Беріть білі святкові сорочки і маленькими хрестиками шийте на них зілля, що росте на нашій матінці-землі і дає нам здоров'я: мак, калину, мальву, ромашки, волошки і барвінок. Та шийте скрізь – на рукавах, на грудях, на шиї.

- Одягайте сорочки щодня і будете здорові, бо передасть вам зілля здоров'я і силу – від землі, красу і вдачу - від квітів.

Послухали люди стареньку...

З того часу відійшла хвороба за ліси, за моря і ніхто більше про неї не чув. А люди пам'ятають слова старенької, ходять у вишиванках і донині...

- Діти, а чи ви знаєте, що кожен колір має свою мову.

## ***Діти***

Червоний колір означає символ любові і щирості.

Синій колір – символ неба, сили і здоров'я

Жовтий колір – символ сонця і хліба.

Зелений колір – символ життя, рослинного світу.

Чорний – символ землі – годувальниці і смутку.

Білий – символ чистоти й радості.

## ***Інструктор***

Давайте ми з вами позмагаємося і повчимося вишивати хрестиком. Будемо сьогодні змагатися хлопчики з дівчатками.

### **1. Естафета: «Вишивальники»**

*Інвентар:* 2 верстати, кольорові стрічки, 2 фішки.

*Хід естафети:* попереду розташовані кріплення для вишивання. У кожної дитини по 2 стрічки певного кольору з резинками по краях. За сигналом діти почергово біжать вперед до верстата і викладають хрестик із стрічок, закріплюючи їх на штирях, біжать вперед, обминаючи фішку, повертаються назад.



## ***Інструктор***

- Подивіться, які гарні у вас вишиті сорочки. А чи знаєте ви, чому вишиванки з довгими рукавами?

- Діти, ви бачили пташок? А чому вони літають? (бо пташки крила мають). Зраненим крилом пташка не полетить. В крилах її сила. Ось тому в Україні сорочки шили з довгими широкими рукавами, щоб по життю літати, щоб силу мати.

- Сорочка це ще не весь одяг українця. Про яку деталь козацького вбрання казали: «Широкі, як Чорне море? (шаровари)

- Так. Для хлопців необхідно придбати шаровари, а дівчаткам спіднички. Українська спідничка, яка?(невеличка, яскрава, синя, пряма, вишита, шерстяна).

- Українські шаровари ? (широкі, червоні, просторі, великі, шовкові)

- Тож одягнемо їх.

## **2. Естафета «Одягнемо шаровари і спідниці»**

*Інвентар:* 2 стільці, спідниці на кожную дівчинку, шаровари на кожного хлопця.

*Хід естафети:* попереду стоять 2 стільці: навпроти дівчат з спідничками, а навпроти хлопців - з шароварами. За сигналом діти почергово біжать вперед до стільців, одягають на себе хлопці шаровари, а дівчата – спідниці і повертаються назад.



### ***Інструктор***

- Діти, хто скаже, чого ще не вистачає в нашому одязі. (Намиста і поясів.)

- А ви знаєте, що дівчата і жінки носили різне намисто різного кольору, з скла, металу, бурштину, бісеру. Спосіб носіння намиста теж відрізнявся в різні часи. Перш за все слід зауважити, що для української жінки вийти на вулицю без намиста – все одно, що вийти голою. Адже це, насамперед – оберег, захист від злих духів і недобрих людей. На околицях Києва, на Волині, у Прикарпатті жінки носили намисто з натурального бурштину, оскільки на цих територіях його видобували.

Чи не найпоширенішим на всій Україні було коралове намисто. Червоні коралі на тлі української вишиванки – це неймовірна краса і вишуканість.

### **3. Естафета «Зробимо намисто»**

*Інвентар:* 2 тарілки з намистинками, «голка» з ниткою, 2 обручі, стіл

*Хід естафети:* попереду розташовані великі обручі, миски з намистинками і ниткою. За сигналом діти по чергово пролізають в обруч, біжать вперед до столика, де нанизують на нитку одну намистинку і по прямій повертаються назад.



#### ***Інструктор***

- Пояс був переважно з шерсті, найчастіше червоного, зеленого, синього, чорного кольорів. Чорний пояс носили старі чоловіки. На Волині пояси в'язали з білої шерсті, а тоді фарбували їх в червоний колір, а на кінцях великі китиці.

### **4. Естафета «Одягнемо пояси і намисто»**

*Інвентар:* 2 доріжки здоров'я, мотузка, пояси, стіл, намисто.

*Хід естафети:* попереду лежать доріжки «здоров'я», на мотузці висять пояси, а на столі - намисто. За сигналом діти по чергово біжать вперед, хлопчики беруть пояс, а дівчата - намисто і повертаються назад.

#### ***Інструктор***

- А ви знаєте, як називалась козацька зачіска? (оселедець).



А які головні убори носили козаки і козачки? ( хутряні шапки, хустки, віночки)

**Інструктор** Ну що, одягнемо ще шапки і вінки?

### **5. Естафета «Хутряна шапка і віночки»**

**Інвентар:** хутряні козацькі шапки, українські віночки, вішаки з вишиванками, 2куби.

*Хід естафети:* попереду стоять вішаки та на кубах лежать навпроти дівчат віночки, а навпроти хлопців – хутряні шапки. За сигналом хлопці по чергово біжать вперед до шапки, обминаючи вішаки, одягають її на голову і повертаються назад. Наступний гравець виконує теж завдання, як і попередній гравець. За сигналом дівчата по чергово біжать до куба з вінками, обминаючи вішаки і беруть один віночок, одягають на голову і повертаються назад.

### **Інструктор**

- А зараз пограємо в народну рухливу гру «Чий віночок кращий»

### **6. Народна гра «Чий віночок кращий».**

*Хід гри:* діти стають у два кола.

За словами ведучого:

Візьмемось за руки, підемо на луки,

Там сплетемо віночок, станемо в таночок.

*Діти беруться за руки і йдуть по колу. На останні слова зупиняються. Вихователь в цей час проказує:*

- Чий найкращий віночок, той іде в таночок.

*Діти швидко кладуть руки на плечі один одному. Вихователь відзначає, в якому колі діти швидко поклали руки на плечі і утворили форму кола. Діти відзначені танцюють, а решта дітей їм плече в долоні. Гра повторюється.*



### ***Інструктор***

- Молодці! Знаєте діти, що наш український вишитий одяг дуже схвалений по всьому світі. Його також демонструють на виставках високої моди по всьому світі.

- Давайте і ми пройдемося по подіуму і покажемо себе і наш український одяг.

### **7. «Показ моди українського національного одягу»**

*Інвентар:* 2 гімнастичні лави, 2 широких кубики.

*Хід показу:* попереду стоять 2 гімнастичні лави з кубиками посередині. За сигналом діти по чергово стають на лаву, проходять до кубика, ставлять на нього носок правої ноги, а руки на пояс, затримуючись на хвилинку, виконують поворот тулуба вправо, вліво – демонструють одяг, переступають через кубик, ідуть до кінця лави, знову демонструють одяг, повертаються назад, переступаючи через кубик, і в кінці сходять з лави.



### ***Інструктор***

Одягнем вишиванки, друже,  
Хай бачить український світ –  
Молодих, відважних, дужих.  
У єднанні на сто тисяч літ.

Бажаю вам, щоб дорога була легкою, сповненою добром,  
щастям і здоров'ям.



## **ІV. УКРАЇНСЬКІ НАРОДНІ ІГРИ**

### **Старша група «НА ОКОЛИЦІ СЕЛА»**

З використанням малих фольклорних форм та народних ігор.

*Мета.* Розвивати основні фізичні якості у дітей за допомогою ігор на різні основні рухи. Створити позитивний настрій у дітей, розвивати їх бажання брати участь у колективних іграх, дотримуватися правил, переживати за результат.

Виховувати інтерес до народної гри, повагу до свого народу, його традицій, почуття гордості за свій народ.

Обладнання: 2 глечики, мотузки, 2 м'ячі, 2 стояки з мотузкою.

*Зал прибранний, як сільське подвір'я.*

*Хід розваги*

### ***Ведуча***

На околицю села  
Гості завітали,  
Щоб з веселою бабусею  
В народні ігри пограти.

*Звучить музика, діти заходять до зали.*

***Діти*** Доброго дня, бабусю!

## **Бабуся**

- Доброго здоров'ячка вам, діточки!  
Дуже рада, що до мене завітали, аж на душі повеселішало!



## **Внучка**

- Бабусю! А в які ігри ти сьогодні з нами пограєш?

## **Бабуся**

Ігор знаю я багато. Обов'язково і вас навчу мої хороші.  
Коли були молоді. Дід завжди мене шукав і міг відшукати з заплющеними очима. Відтоді і грають гру «Оленка і Іванко».

## **Гра «Оленка і Іванко»**

*Інвентар: 2 хустинки*

*Хід гри: діти стають в коло. Вибирають одного хлопчика – Іванка і дівчинку – Оленку. Їм хустинками зав'язують очі. За сигналом діти ходять по колу, Іванко кличе і шукає Оленку зі словами: «Іванко кличе: – «Оленко!» А Оленка відповідає: -«Я тут, Іванку!»». Іванкові необхідно по голосу відшукати Оленку.*



### ***Бабуся***

- З гречки дуже смачні гречаники я готувала. Ось звідкіля і пішла така гра «Гречка».

### ***Гра «Гречка»***

*Хід гри: діти стають у колону. Кожен згинає ліву ногу в коліні, тримає її лівою рукою. Праву руку кладе на плече товаришеві. Так усі починають стрибати з просуванням уперед, приспівуючи:*

*Ой , цур, гречки*

*Чорній овечки.*

*А я гречки намелю,*

*Гречаників напечу.*

*Хто зіб'ється – вибуває з гри. Потім стрибки виконують на іншій нозі.*



### ***Бабуся***

- Від нас неподалік зозуленька жила. Ми з дідом завжди прислухалися, скільки вона ще років життя нам накує. Ось є в мене ще така гра «Зозуленька».

*Лічилкою обирають Зозуленьку.*

### ***Лічилка***

*Йшла зозуля коло саду,*

*Наступила на розсаду.*

*І сказала «Ку – ку - мак,*

*Вибирай один кулак».*

## **Гра «Зозуленька»**

*Хід гри:*

*Діти стають парами і утворюють коло. Посеред кола ходить Зозуленька. Всі співають:*

Ой летіла зозуленька через сад, через сад,  
Розпустила пір'ячко на весь сад, на весь сад.  
А хто теє пір'ячко підбере, підбере,  
Той сиву зозуленьку забере, забере.

*Коли лунають слова «забере», всі пари розбігаються, й кожна дитина шукає собі нову пару, в тому числі й «зозуленька». Хто пари не знайде, той стає «зозуленькою».*



## **Бабуся**

- Ми з вами згадали діда. Так давайте пограємо гру - «Дід». Він дуже любив її грати.

## **Лічилка**

Сидить дід на кілку,  
Курить люльку табаку,  
А бабуха – лебедуха  
Не злюбила того духа.  
1, 2, 3 – будеш ти.

## **Гра «Дід»**

*Інвентар:* 2 стояки, мотузка, бриль.

*Хід гри:* на одному кінці зали – дід, на протилежному – діти. Посередині натягнута мотузка для підлізання (висота 70 см.). Діти починають дразнити діда:

Іде, іде, дід, дід.  
Несе, несе міх, міх.  
Ось такий дідище,  
Ось такий старище,  
Ось такий окатий,  
Ось такий вусатий,  
Такий бородатий,  
Ось такий плечистий,  
Тьху його, нечистий!

*Дід сердиться і намагається зловити дітей, які перебігають з одного кінця залу в інший, підлізаючи під мотузкою. Після гри діти миряться з дідом мирилкою:*



### ***Мирилка***

Не дивіться так сердито,  
Дуже хочем ми дружити.  
Ось мізинчик – мізинець –  
Сварці нашій вже кінець.

### ***Діти***

Набридло бігати, стрибати,  
Давайте будем танцювати!

### ***Дражнилки***

*Діти діляться на дві команди дівчат і хлопчиків.*

### ***Дівчата***

У довгої лози  
Пасли хлопці кози.

## **Хлопці**

А дівчата козенята,  
Та померзли ноженята.  
Ой, дівоньки гожі,  
Кидайте ті кози.  
В кривім танцю походжаймо,  
Та ніженьки зігриваймо.

## **Гра «Кривий танець»**

*Хід гри: діти стоять шеренгою, тримаються за руки. Лунає музика і діти за ведучим починають танцюючий рух, біжать «змійкою».*

**Дитина** Давайте поки бабуся задрімала, з глечиками пограємось.

## **Гра «Поціль в глечик»**

*Інвентар: 2 глечики, 2 м'ячі.*

*Хід гри: діти діляться на 2 команди. Попереду стоять глечики. Діти по черзі, котять м'яч вперед, мають поцілити у «глечик» і збити його.*



## **Бабуся**

Що за гамір?  
Хто з ким побився?  
Ой лишенько!  
Що це з моїми глечиками сталося?  
Де ж це ваш розум?



## **Гра «Де ваш розум ?»**

*Хід гри: діти підходять до бабусі і питають:*

- Бабусю, можна піти надвір погратися?

**Бабуся** - А ви в хаті прибрали?

Посуд помили? - (ні)

А де ж ваш розум?»

*Баба бігає за дітьми з рушником. До кого торкнеться, той сідає.*



*Потім діти підходять до баби і миряться з нею.*

## **Мирилка**

Мир-миром, пироги з сиром,  
Варенички в маслі, ми дружечки красні.  
Обнімімося!

*Бабуся роздає дітям пироги.*

## **Бабуся**

На прощання хочу побажати вам:  
Щоб були здорові, як дуби,  
Щоб були спритні, як орли,  
Щоб, як кремій, всі були міцними,  
Щоб щодня Вам прибувало сили.

## **Середня група «НА ГОСТИНИ ДО ВЕСНИ»»**

*Мета.* Продовжувати знайомити малят з українськими народними іграми, з традиціями і мудрістю нашого народу. Сприяти фізичному розвитку дітей, поглибити та закріпити знання про український національний оберіг – віночок, про квіти, з яких його плели. Вправляти дітей в умінні діяти за сигналом та вказівкою, творчо вирішувати рухові завдання, синхронно виконувати вправи; розвивати швидкість, силу, витривалість, кмітливість, окомір, рівновагу.

Виховувати любов до рідного краю, свого народу, бажання займатися фізкультурою.

*Хід розваги*

### ***Весна***

Доброго ранку! Доброго дня!

Хай плещуть долоньки!

Хай тупають ніжки!

Працюють голівки!

Доброго ранку! Доброго дня!

Бажаю я всім здоров'я й добра!

Дякую, що до мене в гості завітали.

А то я без вас зовсім змарніла.

Народні ігри вам я принесла.

І вас хороших чекала.

А у нашому садочку –

Все зацвіло:

Птахи прилетіли.

На дерева сіли.

Весело співають

І з зозулею грають.

Ну що ж, діти, розпочнемо грати і ми?

### **Гра «Птахи і зозуля»**

*Інвентар:* обручі на кожну дитину, кокошник «зозулі»

*Хід гри:* на одному боці майданчика діти креслять невеликі кола (можна покласти обручі). Це – «гнізда птахів». Одна дитина – «зозуля», вона стоїть в стороні і не має гнізда. Під музику і на слова інструктора:- «Птахи полетіли!» Діти вибігають з обручів і бігають по залі. На слова - «Птахи додому!» всі біжать до своїх гнізд, а зозуля намагається швидко зайняти яке-небудь гніздечко. Дитина яка залишилася без гнізда, стає зозулею.

### **Весна**

- Діти, давайте сплетемо віночки і побачимо у кого він буде кращий? Але, щоб назбирати квітів, потрібно перелізти через тин.

### **Народна гра «Тин»**

*Хід гри:* діти стають у дві шеренги один навпроти одного, зчепивши руки в положення навхрест. Під музику перша шеренга високо піднімаючи ноги крокує 4 кроки вперед на зустріч другій шерензі, яка стоїть. Нахиляється вперед до другої шеренги і крокує спиною 4 кроки назад і знову нахиляється вперед. Потім все теж саме робить друга шеренга. Коли грає весела музика діти бігають, танцюючи по залі, а за сигналом іншої музики стають у свої шеренги і повторюють рухи.

### **Весна**

- Тин ми подолали, тепер давайте квіти для віночка складемо.

### **Гра. «Склади квітку до віночка»**

*Інвентар:* паперові серединки квітів певного кольору, по 6 пелюсток до кожної серединки того самого кольору.

*Хід гри:* серединки квітів розкладені по колу, а пелюстки розсипані довільно. Діти за сигналом піднімають пелюстки та розкладають навколо серединок відповідно до кольору.

### **Весна**

- А тепер сплетемо віночок (**Танок**).

### **Весна**

- А ось, ще в мене є така гра «Сміхота»

## **Гра « Сміхота»**

*Інвентар:* легка хустинка.

*Хід гри:* грають всі діти. Весна підкидає вгору тонку хустинку. Поки вона лине в повітрі, діти стрибають, сміються. Коли хустинка впаде на землю, всі мають завмерти і замовкнути. Хто продовжує веселитися – штрафується. Той має розказати віршик чи затанцювати.

### **Весна**

А зараз побачимо хто з вас спритніший.

## **Гра «Іваночку, покинь схованку»**

*Хід гри:* обирається Іванко. Повертається до стіни обличчям.

*Діти стають гуртом промовляють:*

Іваночку, Іваночку,  
Покинь свою схованку.  
Раз, два, три – кого схочеш,  
Того злови.

*Діти тікають, Іванко їх ловить. Кого Іванко зловив, той стає на місце Іванка.*

### **Весна**

- Великдень на Україні – свято не тільки Воскресіння Ісуса, а ще й свято весняного рівнодення.

Після розговіння люди збирались на великодні ігри: гойдались на гойдалках, гралися крашанками в «Котка», «Відгадалки», «Кидка», «Знайду крашанку» тощо.

Давайте і ми зіграємо з крашанками.

**Інструктор** - До речі, в давнину існувала традиція прикрашати дерева писанками. Зазвичай прикрашали листяні дерева і робили це закликаючи весну. На гілочки вішали яскраві писанки з сонячними знаками.

## **Гра «Прикраси дерево»**

*Інвентар:* попереду стоять 2 дерева, крашанки для кожної дитини.

*Хід гри.* діти поділені на дві команди.

### ***Інструктор***

Дзвонять дзвони: дзень –дзелень,  
Понад міста понад села  
Лине вісточка весела.  
Що весна вже воскресла,  
Нам Великдень принесла!  
(І дзвенить у дзвоник)

За дзвоном діти почергово біжать вперед до своїх дерев і прикрашають їх крашанками. Хто швидше і гарніше прикрасить дерево.



### **Гра « Я з писанкою іду до ганку»**

*Хід гри:* діти стають в коло. Вибирають лічилкою ведучого, який буде підкладати дітям яйце. Діти простягають руки вперед, склавши долоні разом. Ведучий говорить слова: «З писанкою іду до ганку, буду гратись з нею до ранку. Раз, два, три, писанку знайди». Дитина, на якій зупинився ведучий, повинна відшукати кому ведучий в долоні поклав писанку. Якщо знайде, він стає ведучим.



## **Гра «Котіння яйця палицею»**

*Інвентар:* дерев'яне яйце на кожну дитину, 2 палиці, 2 фішки, 2 кошики.

*Хід гри:* попереду кожної команди, на відстані 3м, стоять фішка і кошик. Діти шикуються у дві колони. Кожен тримає в руці дерев'яне яйце, а перша дитина – ще й палицю. За сигналом інструктора перша дитина котить палицею яйце до фішки і кладе в кошик. Повертається назад, віддає палицю наступному гравцю.



## **Гра «Підклади яйце»**

*Інвентар:* яйце.

*Хід гри:* діти сідають в коло. Ведучому дають яйце. Він біжить по колу, підкладає яйце будь-якій дитині і втікає, а дитина, якій підклали яйце, доганяє ведучого. Ведучий має сісти на її місце. Дитина, яку догнали, сідає у коло.

### ***Інструктор***

Враз з'явилися струмочки,  
Задзвеніли як дзвіночки  
По долинах, по ярах  
І весні вказали шлях.

## **Гра «Розлилися води»**

*Мета:* уславлення весни, узгодження рухів та слів.

*Хід гри:* діти стають у коло водять хоровод і співають пісню:

Розлилися води на три броди

Приспів.

Гей! Діти –квіти, весна-красна, зілля зелененьке.

Що в першому броді зозуленька кує.

Ку-ку, ку-ку, ку-ку, ку-ку.

Що в другому броді соловей щебече.

Приспів.

Гей! Діти –квіти, весна – красна, зілля зелененьке.

Тьох-тьох, тьох-тьох, тьох-тьох, тьох-тьох.

Що в третьому броді сопілонька грає.

Приспів.

Гей! Діти –квіти, весна – красна, зілля зелененьке.

Ду-ду, ду-ду, ду-ду, ду-ду.

Зозуленька кує, бо літечко чує.

Приспів.

Гей! Діти –квіти, весна-красна, зілля зелененьке.

Ку-ку, ку-ку, ку-ку, ку-ку.

Соловейко щебече, садки розвиває.

Приспів.

Гей! Діти –квіти, весна – красна, зілля зелененьке.

Тьох-тьох, тьох-тьох, тьох-тьох, тьох-тьох.

Сопіллка грає на грання скликає.

Приспів.

Гей! Діти –квіти, весна – красна, зілля зелененьке.

Ду-ду, ду-ду, ду-ду, ду-ду.

**Весна** Молодці! Малята всі. Гарно в народні ігри грали, танцювали і співали.

А тепер час мені йти за квітами і травами стежити. Щоб вони росли і розпускалися, щоб птахи піснею заливалися. До побачення, друзі, через рік повернуся до вас я!

Під веселу музику діти виходять із зали.

## Список використаної літератури

1. Освітня програма для дітей від 2 до 7 років – «Дитина»  
Науковий керівник В. О. Огнев'юк доктор філософських наук,  
професор академії НАПН України – Київ 2020р.
2. Л. Швайка, І. Логвіненко «Патріотичне виховання в ДНЗ»  
«Основа» - 2017р.
3. М. Л. Кривоніс, О. Л. Дроботій. Сучасна дошкільна освіта.  
«Патріотичне виховання в ДНЗ» – «РАНОК» - 2010р.
4. Л. І. Євтушина «У рідному краї і серце співає»  
Українознавство як основа національного виховання  
дошкільника. Середня група. – «Основа» - 2017р.
5. А. В. Цось «Українські народні ігри і забави», Луцьк – 1994
6. О. Богінч, Ю. Бабачук «Українські народні дитячі ігри,  
забави та розваги», видавництво - Мандрівець. Бібліотека  
дошкільника, 2012р.
7. Є. Н. Приступа «Система народних знань про фізичний  
розвиток і фізичне виховання» , – Львів: ЛОНМІО, 2017.-40с.
8. Л. Повалій. «Народна педагогіка про здоров'я та фізичний  
розвиток дітей у сім'ї» /Л. Повалій// Актуальні питання розвитку  
спортивних і рухливих ігор: сучасний стан та перспективи.  
Переслав-Хмельницький, 2002 – с.16-168.
9. А.Я. Вольчинський «Використання українських народних  
ігор у фізичному вихованні дошкільнят». –Львів, 1998. – с.180-187.
10. Е.С. Вільчковський. «Народна рухлива гра – основний  
засіб фізичного виховання дошкільнят» /
11. Е.С. Вільчковський, О.І. Курок Фізичне виховання дітей у  
дошкільному закладі. К.,-2021
12. А.М. Богуш «Українське народознавство в дошкільному  
закладі» . – К.: Вища школа, 1994. – 98с.







