# **Консультация**

**«Фольклор в физическом воспитании дошкольников»**

 С повышением внимания к развитию личности ребенка связывается возможность обновления и качественного улучшения системы дошкольного физического воспитания. Наряду с поиском современных моделей воспитания, необходимо возрождать лучшие образцы народной педагогики. Фольклор как сокровищница русского народа находит свое применение в различных разделах работы с дошкольниками: речевой, игровой, изобразительной, музыкальной. Фольклор позволяет разнообразить и процесс физического воспитания путем нахождения новых форм развития двигательно – творческой инициативы детей.

 Включение фольклора в процесс физического воспитания требует выполнения отдельных условий:

1. Детям должны быть хорошо знакомы предложенные для выполнения физические упражнения: строевые, общеразвивающие, музыкально – ритмические и танцевальные, основные движения, подвижные игры. Также в соответствии с возрастными особенностями детей должен быть использован и фольклорный материал: потешки и прибаутки, загадки и сказки, считалки и скороговорки, русские народные песни и пляски.
2. Для рациональной организации двигательной активности детей необходима частая смена упражнений при многократной повторяемости каждого движения.
3. Большое значение имеет яркое и образное выполнение движений детьми.
4. Педагог должен учитывать, с одной стороны, развивающий характер учебного материала, а с другой – колорит народности при передаче образного движения посредством фольклорного материала.
5. Моторная плотность физкультурных занятий и утренней гимнастики в сочетании с фольклором может достигать 80%.

В работе дошкольных учреждений рекомендуется использовать различные типы фольклорных физкультурных занятий.

1. Двигательно – творческие, основанные на одном из видов устного народного творчества – потешках, загадках, сказках. Так, например, при выполнении ОРУ «Совушка – сова» (и.п. – основная стойка, руки на поясе: поворот головы, махи руками) можно использовать потешку:

Совушка – сова, Во все стороны глядит,

Большая голова, Да вдруг, как полетит.

На суку сидит,

При выполнении упражнений можно предложить детям проговаривать слова знакомых потешек. Поэтому по возможности рекомендуется подбирать несложные, ритмические потешки, в которых словами отражено или подразумевается определенное движение.

Для выполнения ОРУ «Змейка» (и.п. – сед на пятках, кисти в замок: медленно встать на колени – потянуться) можно использовать загадку:

Вьется, извивается, Как зашипит,

На солнце переливается, Убегать всем велит.

 Отгадав загадку про белку про белку:

Быстрый, маленький зверек,

По деревьям скок – поскок.

дети с удовольствием выполняют прыжки на одной ноге с продвижением вперед.

При проведении ОВД, можно использовать небольшие отрывки из сказок, например из русской народной сказки «Колобок».

«Колобок покатился по тропинке» – катание мячей двумя руками на расстоянии 3,5 метра. Дети машут рукой вслед «колобку»: «До свидания».

«Катится, катится колобок, а навстречу ему медведь» - ползание на ладонях и ступнях.

На таких занятиях при проведении физических упражнений можно использовать 10-15 потешек или загадок «двигательного характера». Также можно задействовать сюжет одной или двух народных сказок.

Чаще всего используются сказки о животных, например «Теремок», «Гуси – лебеди», и волшебные сказки. Возможно использование авторских сказок (С.Я. Маршак «Кошкин дом», Г.-Х. Андерсен «Снежная королева»), дополняя их потешками или загадками.

1. Сюжетные физкультурные занятия с «вкраплением», «вплетение» элементов фольклора. Эти занятия проводятся в форме «двигательного» рассказа или сказки. Так, например, в заключительной части физкультурного занятия «У бабуси были гуси» можно использовать ходьбу по кругу в сочетании с речитативом:

Гусь гуляет по дорожке, И гордится гармонист:

Гусь играет на гармошке, Я га-га-га-голосист!

На занятии могут быть использованы до 5-6 элементов фольклора, в зависимости от сюжета и задач занятия.

1. Театрализованные физкультурные занятия с использованием имитационных, мимических и пантомимических упражнений. Инсценировок и игр – драматизаций.

Имитация отличается эмоциональной насыщенностью. В ней более образно представляется определенная сторона движения. Легко, бесшумно «спрыгивают птички с ветки»; вперевалочку, широко расставляя ноги, идет «неуклюжий косолапый медведь»; весело, задорно, высоко поднимая ноги, шагает «петушок – золотой гребешок».

Во время выполнения мимических и пантомимических движений дети стараются передать путем выразительных движений мышц лица и всего тела образ определенного персонажа или изобразить его различное «душевное» состояние.

1. Музыкально – ритмические занятия, основанные на русских народных плясках и танцах, играх и хороводах, с использованием русских песен и народных мелодий. Такие занятия рекомендуется проводить под музыкальный аккомпанемент. Например при выполнении ходьбы на носках можно использовать пение русской народной песни «Во поле береза стояла». А под мелодию лирического танца дети выполняют ОРУ.
2. Игровые физкультурные занятия на основе русских народных подвижных игр. Такие занятия отличаются тем, что для решения задач каждой части подбираются русские народные подвижные игры и игровые упражнения с соответствующими движениями. В работе можно использовать такие игры или упражнения, как «Змейка», «Горелки», «Зайцы в лесу» и т.д.

Лучше всего проводить такие занятия, когда дети знают много народных игр, считалок и скороговорок.

1. Познавательные занятия из серии «Забочусь о своем здоровье» с использованием элементов фольклора. На таких занятиях педагоги формируют элементарные знания детей о своем здоровье, знакомят их со строением тела человека, правилами гигиены, функциями разных органов. В качестве фольклорного материала можно использовать потешки, шутки, прибаутки, загадки, пословицы и поговорки.
2. Интергрированные физ. Занятия рекомендуется проводить с целью изучения необходимого материала. Интегрирование физ. упражнений с элементами фольклора позволяет осуществить качественное и прочное усвоение знаний, умений и навыков в области физ. воспитания.

С целью повышения двигательного потенциала и интереса дошкольников к физической культуре, занятия рекомендуется повторять не более 2-3 раз с обязательным варьированием содержания и методов проведения физ. упражнений.

Также можно проводить и утреннюю гимнастику с использованием фольклорного материала. Например, «Потешки для малышей», «На лесной лужайке», «В гостях у бабушки загадушки» и др.

 Таким образом хотелось отметить, что у дошкольников преобладает мотив эмоциональной привлекательности. Польза от совершаемых движений выше, если они выполняются охотно и радостно. Поэтому, физические упражнения в сочетании с фольклором в структуре занятия располагаются в определенном порядке, который обусловлен физиологическими и психологическими особенностями детского организма.