

Фольклорно – физкультурные занятия в ДОУ.

Фольклор – одно из действенных и ярких средств, таящий огромные дидактические возможности. В любом, даже самом малом произведении – будь то потешка, песня или сказка – высвечивается эпоха, быт, колорит национальной культуры.

Физическая культура включает в себя знания, мотивы, ценностные ориентации и предполагает их определённое развитие. Знакомство детей с фольклором начинается с миниатюр народного творчества: песенок, попевок, закличек, приговорок, прибауток, потешек. Ритмичный бег, ходьба, прыжки, движения галопа в сочетании с потешками содействуют общему *физическому и психическому развитию детей*. Во время выполнения движений можно использовать прибаутки – рифмованные выражения шуточного содержания, в которых даны отдельные картины какого – либо яркого события или изображается какое – либо стремительное действие. Ритмическая пульсация, с которой связаны движения детей, вызывает согласованную реакцию всего организма (дыхательная, сердечно – сосудистая системы, мышечная деятельность), а так же содействует общему оздоровлению организма. Творчески используя фольклор в физическом воспитании как эмоционально - образное и речедвигательное средство влияния на детей дошкольного возраста, можно добиваться активного, качественного и выразительного выполнения движений.

В процессе физического воспитания дошкольников с использованием средств фольклора важно решать следующие задачи:

- *Создать здоровьесберегающую и развивающую среду
- *Помочь ребёнку накопить необходимый двигательный и речевой опыт для успешной реализации основных задач физического воспитания по укреплению его физического, психического и духовного здоровья
- *Сформировать через активную деятельно – речевую деятельность здоровый организм ребёнка
- *Повышать творческий двигательный потенциал детей
- *Стимулировать навыки саморегуляции поведения дошкольника, направленные на осознанное сохранение и укрепление своего здоровья, ведение здорового образа жизни, формирование личностной культуры здоровья.

Фольклор позволяет разнообразить процесс физического воспитания путем нахождения новых форм развития двигательно-творческой инициативы детей. Включение фольклора в процесс физического воспитания требует выполнения определенных условий.

*. Детям должны быть хорошо знакомы физические упражнения: строевые, общеразвивающие, музыкально-ритмические и танцевальные, основные движения, подвижные игры с учётом возрастных особенностей детей.

*Для рациональной организации двигательной активности детей необходима частая смена упражнений при многократной повторяемости каждого движения.

*Большое значение имеет яркое и образное выполнение движений детьми.

* Учитывать развивающий характер учебного материала и колорит народности при передаче образного движения посредством фольклорного материала.

* Моторная плотность физкультурных занятий в сочетании с фольклорным материалом может достигать 80%.

* Физические упражнения в сочетании с фольклором в структуре занятия располагаются от простого к сложному. Важно построить физкультурное занятие таким образом, чтобы подготовить детей к восприятию и выполнению более сложных упражнений, с помощью которых решаются двигательные задачи.

В работе используются различные типы фольклорных физкультурных занятий.

СЮЖЕТНЫЕ физкультурные занятия. Эти занятия проводятся в форме «двигательного» рассказа или сказки. «Петушок – золотой гребешок», «У лисички в гостях», «Мишка по лесу гуляет».

ТЕАТРАЛИЗОВАННЫЕ физкультурные занятия с использованием имитационных и пантомимических упражнений, инсценировок и игр-драматизаций. «Репка», Колобок».

Эти занятия отличаются эмоциональной насыщенностью.

ИГРОВЫЕ физкультурные занятия основаны на русских народных играх. Эти занятия отличаются тем, что для решения задач каждой части подбираются русские народные подвижные игры и игровые упражнения с соответствующими движениями. «Зайкины слёзки», «Белочка на веточках», «Волк и семеро козлят»

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ. На таких занятиях включение фольклора оживляет процесс обучения, делает его доступным детям дошкольного возраста. Например, загадка: «Грязнулю всегда выручает...»(вода), поговорка: «Кто долго жуёт, тот долго живёт», «Здоровье растеряешь — ничем не наверстаешь», «Здоровье всему голова». «Мойдодыр», «Курица и цыплята», «Делу время потехе час».

МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ занятия, основанные на русских народных плясках и танцах, играх и хороводах, с использованием русских песен и народных мелодий и проводить их нужно под музыкальный аккомпанемент: «Весёлая капель», «Гуси – лебеди»

ДВИГАТЕЛЬНО-ТВОРЧЕСКОЕ занятие, основанное на одном из видов устного народного творчества: потешках, загадках, сказках: «В гостях у лесовичка», «Куриное семейство», «Путешествие в чудесную страну русских потешек», «Потешки для малышей»

При выполнении упражнений можно предположить детям проговаривать слова знакомых потешек. Подбираются простые, ритмичные потешки, в которых словами отражено или подразумевается определенное движение. На таких занятиях при проведении физкультурных упражнений можно использовать 10-15 потешек или загадок «двигательного характера». Можно на занятиях задействовать сюжет одной или двух народных сказок. Широко используя фольклор можно добиться от детей качественного выполнения движений, обогатить их словарный

запас, развивать память, приобщать детей к русскому народному творчеству, прививать любовь к Родине.