**Отдел образования, спорта и туризма Пружанского райисполкома ГУО «Ясли-сад №3 г. Пружаны»**

**«Физкультура и сказка»** (консультация для воспитателей первой и высшей квалификационной категории).

Сказка – удивительное явление народного творчества. Зачастую простая по сюжету, она интересна и маленькому ребёнку, и взрослому, потому что воображение дорисовывает в уме слушателя то, что не озвучил рассказчик. Однажды прийдя к малышу, сказка остаётся с ним навсегда как чудо, как радость, как память. В настояще время трудно найти лучший способ воспитания детей, ведь сказка развивает образность мышления, выразительность повествования. Слушая сказки, ребёнок учится звукам родной речи, её мелодике, учится подражать тому или иному герою. Мир сказки чудесен, он уникален и неповторим по своим возможностям.

Сегодня особенно остро стоит проблема укрепления здоровья детей и их полноценного физического развития. По мнению многих учёных и практиков, традиционные занятия по физическому воспитанию не всегда отвечают современным требованиям. Следовательно, чтобы занятия эффективно выполняли свои функции, т.е. оздоровление и полноценное развитие ребёнка, необходимо пересмотреть сложившиеся подходы к их проведению. Следует использовать игровые, сюжетные методы и приёмы, элементы ролевой игры, более свободную организацию детей, надо менять позицию взрослого и учитывать принцип интеграции образовательных областей.

Сказку можно использовать в образовательном процессе, в повседневной жизни, в индивидуальной работе с детьми, а также на занятиях по физической культуре. К физической культуре мы приобщаем детей постоянно, каждый день. Ребёнку нужна регулярная, оптимальная двигательная активность, недостаток её неблагоприятно сказывается на здоровье: ослабляется сердечная деятельность, нарушается обмен веществ, сдерживается физическое развитие, ослабевают мышцы, ухудшается общее состояние ребёнка. Поэтому дошкольникам полезны: ежедневная утренняя гимнастика, физкультурные занятия, динамические часы, также должен быть предоставлен простор для самостоятельных игр, упражнений, развлечений. Для этого необходимо проводить занятия в различных вариантах, в нетрадиционной форме: путешествия, походы, дни здоровья, сказки, также нужно давать детям возможность импровизировать на занятиях. С использованием этих приёмов занятия получаются интереснее, игры дают большую эмоциональную нагрузку, дарят детям радость. Физическое воспитание детей дошкольного возраста в УДО представляет собой единую систему воспитательно-оздоровительных мероприятий в режиме рабочего дня, включающую ежедневное проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий, подвижных игр и развлечений в помещении и на улице, под непосредственным руководством воспитателя.

Как известно, жизнедеятельность ребёнка определяется потребностью в непрерывном движении. Важно направить этот огромный поток энергии в правильное русло. Выручают игра и сказочное действо, позволяющие ребёнку раскрепоститься, выплеснуть накопившуюся энергию, получить новые впечатления.

Двигательная сказкотерапия – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования с окружающим миром.

Движения, даже самые простые, дают пищу детской фантазии, развиввают творчество, которое является высшим компонентом структуре личности, представляет собой одну из наиболее содержательных форм психической активности ребёнка. Двигательное творчество раскрывает ребёнку моторные характеристики собственного тела, формирует быстроту и лёгкость в бесконечном пространстве двигательных образов, учит относиться к движению, как к предмету игрового экспериментирования. Основное средство его формирования – эмоционально окрашенная двигательная активность, с помощью которой дети входят в ситуацию (сюжет), через движения тела учатся передавать свои эмоции и состояния, искать творческие композиции, создавать новые сюжетные линии, новые формы движений. Кроме того, в процессе двигательной деятельности формируется самооценка дошкольников: ребёнок оценивает своё «Я» по непосредственным усилиям, которые он приложил для достижения поставленной цели. В связи с развитием самооценки развиваются такие личностные качества, как самоуважение, совесть, гордость.

Сказка на занятиях по физической культуре включает комплекс физических упражнений, объединённых одной сюжетной линией, направленных на совершенствование двигательных умений и навыков, разитие мимики и пантомимики. Двигательная сказкотерапия – результат интеграции физической культуры и театрализованной деятельности. Тут же можно отметить и пользу сказки для благоприятного психологического состояния дошкольника. Сказка для ребёнка – не просто вымысел, фантазия. Это – особая реальность, помогающая сформировать у него осознанное отношение к своим чувствам, своему внутреннему миру, развивать умение управлять своими эмоциями. Сказки могут использоваться и в качестве «пробуждающей» утренней гимнастики, а также в качестве подвижных игр на прогулке.

Одним из основных компонентов формирования основ здорового образа жизни, помимо развития физических качеств, правильного питания, оптимальной двигательной активности, является сохранение стабильного психического и эмоционального состояния младшего дошкольника. Эмоции играют важную роль в жизни человека, помогая воспринимать действительность и реагировать на неё. Развитие эмоциональной сферы дошкольника свидетельствует о его психическом состоянии и является важным показателем здоровья. Неумение справиться с чувством стресса, тревожности в младшем возрасте неизбежно приведёт к ухудшению здоровья.

В каждой сказке есть своеобразные движения, с помощью которых дети знакомятся с названием упражнения и его выполнением. Воспитатель рассказывает сюжет сказки, дети воспроизводят её содержание ранее выученными знакомыми движениями, как единый двигательный комплекс. Внимание детей приковано к содержанию сказки, и потому выполнение упражнений не становится скучным и однообразным повторением. Здесь детям предоставляется больше возможностей проявить своё двигательное творчество, артистичность, более полно передать чувства и эмоции, которые испытывает персонаж сказки.

Можно отметить положительные результаты в развитии эмоционально-волевой сферы; кроме того, дети становятся более раскованными, эмоциональными и творческими, а главное – с удовольствием включаются в выполнение двигательных упражнений в сказочной, сюжетной форме.

В процессе каждого занятия решаются определённые задачи, согласно той программе, по которой вы работаете. Для этого важно связать все задуманные Вами упражнения в единый сказочный сюжет и сделать для каждого упражнения сказочную «упаковку». В этом случае дети почувствуют, что они не просто играют «в сказку» или выполняют интересные упражнения, а исследуют пока незнакомый им Мир. И упражнения, которые они выполняют, это не развивающие игры, а условия жизни в Сказочной стране.

Большое внимание уделяется речи педагога, потому что именно она помогает детям получить массу познавательной информации, формирующей жизненную позицию, интеллект и личностные качества.

Прожив жизнь сказочного образа, человек приобретает дополнительную силу. В сказочном образе он может компенсировать то, чего ему не хватает в жизни, он ощущает прилив сил из глубин самого себя.

Дети склонны идентифицировать себя с различными героями сказок, мультфильмов, историй. В сказочной среде они могут выбрать для перевоплощения любой персонаж. Преображённому ребёнку я предлагаю продемонстрировать как ходит его персонаж, что он любит, что не любит, с кем он дружит и прочее. Моя задача – собрать как можно больше проективной информации о персонаже, в которого перевоплотился ребёнок.

Изменение образа, переодевание, во многом способно помочь и самому воспитателю. Меняя образ, он меняет характер, стиль поведения и общения. Через сказочное преображение можно «отнормировать» расшалившегося, капризного или перевозбуждённого ребёнка. Поэтому, изменение образа, волшебное преображение может быть полезным как ребёнку, так и взрослому.

Всё это способствует укреплению здоровья ребёнка, его физическому и умственному развитию, при этом у детей повышается мотивация к занятиям физической культурой.

Таким образом, интеграция образовательных областей, применение новых технологий, разнообразие методов и приёмов, использование нестандартного спортивного оборудования и музыкального оформления способствуют повышению двигательной активности, поддержанию интереса к физкультурной деятельности, а самое главное, создают условия для полноценного физического и психического развития.

**Литература:**

1. Алексеенко, В.В. Играем в сказку. Воспитание и развитие личности ребенка 2-7 лет/ В.В. Алексеенко, Я.И. Лощинина. – М: ООО ИД РИПОЛ классик, 2008.- 218 с.
2. Галкина, О.Н., Усова А.А. Физкультура и сказка//Здоровье дошкольника -2016.-№1.-с.28-30.
3. Дюкова, Ф. Двигательная сказкотерапия, как эффективное средство гармоничного воспитания// Здоровье дошкольника.- 2010.- №5.- с. 20-23.
4. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Игры в сказкотерапии; Развивающая Сказкотерапия. – Санкт – Петербург, 2006.-140 с.
5. Казимирская, Е.С. Сказкотерапия для малышей /Е. С. Казимирская.- Мозырь: ООО ИД Белый Ветер, 2000.-65 с.
6. Шишкина, В.А. Двигательное развитие дошкольника/ В.А. Шишкина. – Минск: Национальный институт образования, 2011.- 136 с.
7. Из личного опыта работы по теме «Использование двигательной сказкотерапии в работе с детьми дошкольного возраста».
8. Интернет-носители.

3 ноября 2017 г. Воспитатель: Т.В. Басалаева