

**АВТОР МАТЕРИАЛА: АИТОВА ГУЗЕЛЬ ЯХЬЕВНА**  
**ВОСПИТАТЕЛЬ ПЕРВОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ КАТЕГОРИИ**  
**МАОУ СОШ№2 ГОРОДА ТОБОЛЬСКА**

**ТЕМА: ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ МЛАДШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**  
**С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЕТОДА СКАЗКОТЕРАПИИ**

Актуальная тема для разговора во все времена – это здоровье человека. Здоровье нельзя удержать лекарствами. Но есть другое средство – движение. Физические упражнения, движение должны прочно войти в быт каждого человека, который хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную долгую жизнь.

Что же такое здоровье? Обратимся к «Словарю русского языка» С. И. Ожегова: «*Правильная, нормальная деятельность организма*» [5]. Здоровье или здравие (ср.) состояние животного тела (или растения), когда все жизненные отправления идут в полном порядке; отсутствие недуга, болезни [2].

В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Внедрение Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования выдвигает требования разработки таких технологий, которые создавали бы условия для коррекции нарушений здоровья и физического развития дошкольников с учетом их личностных качеств и параметров.

Значение физического развития, двигательной деятельности в формировании всех психических процессов и личности в целом неоднократно подчёркивалось исследователями различных направлений науки (П.К. Анохин, Л.С. Выготский, Г. Доман, А.Д. Дмитриев, Е. М. Мастюкова). Стало аксиомой утверждение, что правильно организованная двигательная активность создаёт предпосылки для полноценного развития психических характеристик личности, а факт, что средствами физической культуры возможно осуществлять коррекцию имеющихся отклонений в развитии, обоснован научно (Г.Д. Горбунов, Л.Б. Дзержинская, Е.П. Прописнова, В.А. Родионов, С.П. Евсеев, Н.А. Фомина).

Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста в России показывает, что за последнее десятилетие количество абсолютно здоровых детей снизилось и увеличилось количество детей, имеющих хронические заболевания. Большое количество детей относится к категории часто и длительно болеющих. Почти 90% детей дошкольного возраста имеют стандартные отклонения в строении опорно-двигательного аппарата — нарушение осанки, плоскостопие, неравномерный мышечный тонус и т. д.

Причин роста патологии множество. Прежде всего, это плохая экология, несбалансированное питание, информационные и нейропсихическая перегрузки и наконец, снижение двигательной активности, которая является мощным биологическим стимулятором жизненных функций растущего организма. Потребность в движениях составляет одну из основных физиологических потребностей детского организма и безусловно является одним из важнейших

показателей его нормального формирования и развития. Движения в любой форме, адекватные физиологическим возможностям детей всегда выступают как средство оздоровления, этим можно объяснить высокую эффективность самих методик и форм проведения занятий, когда их основой является общее воздействие на организм в сочетании со специальными физическими упражнениями. Доказано что физические упражнения существенно влияют на повышение эмоционального тонуса детей дошкольного возраста.

Во время занятий по физической культуре у ребенка улучшается настроение, появляется чувство радости, удовольствия. Физические упражнения при правильном психолого-педагогическом подходе являются мощным фактором, а также средством оздоровления и всестороннего гармоничного развития ребенка. Эффективность выполнения младшими дошкольниками физических упражнений значительно улучшается, если их выполнение происходит на позитивном эмоциональном фоне, которое в частности может обеспечить использование фольклорных произведений.

Например: общеразвивающие упражнения «Зарядка лесных зверей», игровые упражнения «Мы готовим колобок», логоритмические упражнения «Песенка колобка», ОРУ «Зоопарк», подвижная игра «Хитрая лисица». Дети с удовольствием включаются в оздоровительный процесс.

Научно доказано, что фольклор является одним из самых влиятельных средств разнообразия процесса физического воспитания путем нахождения новых форм развития творчески двигательной инициативы детей. Однако включение фольклора в процесс физического воспитания детей дошкольного возраста требует выполнения следующих требований. Детям должны быть хорошо знакомы предложенные для выполнения физические упражнения, прибаутки, загадки, сказки, считалки, скороговорки и т. п., также они должны отвечать возрастным особенностям. Для рациональной организации двигательной активности детей необходима частая смена упражнений при многократной повторяемости движений. Незаурядное значение приобретает яркое и образное выполнение детьми движений. Педагог должен учитывать: с одной стороны развивающий характер учебного материала, а с другой - его национальный колорит. Известно, что основной формой организованного физического воспитания детей в дошкольных учебных заведениях есть физкультурные занятия. Мотивы выполнения активных действий детьми на занятиях разнообразны. У детей дошкольного возраста преобладает мотив эмоциональной привлекательности. Благодаря упражнению, под названием например «Колобок», дети представляют образ того или иного персонажа и стараются как можно лучше выразительнее передать его. Образ помогает также качественно выполнять основные движения. Красивая лиса - ходьба с гордой осанкой, косолапый медведь – ходьба вперевалку, можно на внешней стороне/внутренней стороне стопы. Физические упражнения в сочетании с фольклором в структуре занятия располагаются в определенном порядке, который обусловлен физиологическими и психологическими особенностями детского организма. Важно построить физическое занятие таким образом, чтобы подготовить детей к восприятию и более сложных упражнений, выполнение которых способствует

решению задач двигательного развития дошкольников. Рассмотрим более подробно виды фольклорных занятий по физической культуре.

Творческо-двигательные занятия, основанные на одном из видов устного народного творчества – сказках, потешках, загадках. При проведении физических упражнений целесообразно использовать 4-5 потешек - загадок двигательного характера, а также сюжет одной или двух сказок, дополняя их загадками.

Сюжетные физкультурные занятия с добавлением элементов фольклора. Эти занятия проводятся в форме двигательного рассказа или сказки.

Театрализованные физкультурные занятия с использованием имитационных, мимических, пантомимических упражнений, инсценировок и игр драматизаций. Дети выполняют различные роли, подражая или копируя действия человека, изображая животных, птиц и т. д.

Музыкально ритмические занятия, основанные на народных песнях и танцах, играх и хороводах.

Игровые физкультурные занятия, построенные на народных подвижных играх.

Традиционные занятия с использованием элементов фольклора, которые оживляют процесс обучения, разнообразят его.

Интегрированные физкультурные занятия с элементами фольклора. В практике физического воспитания элементы сказкотерапии используются в виде игр («Волк и семеро козлят»), драматизаций («Федорино горе»), театрализованной («Каша из топора»), музыкально-ритмической, игровой деятельности на основе русских народных игр («Горелки», «Салки» «У медведя во бору», «Алёнушка и Иванушка»).

Кроме указанных форм работы, фольклорные произведения целесообразно включать как в физкультурно-оздоровительную работу, так и в активный отдых детей. Бесспорно, каждый из указанных видов занятий включает в себя элементы сказкотерапии. Сказкотерапия является достаточно давним психолого- педагогическим методом. Знания о мире, философию жизни испокон веков передавались из уст в уста, а также записывались, каждое поколение перечитывали и усваивали их. Сегодня под термином сказкотерапия понимается способ передачи знаний о духовном воспитании и социальной реализации человека. Именно поэтому сказкотерапию называют системой воспитания созвучным духовной природе человека.

Через сказки ребенок учится преодолевать барьеры, находить выход из трудных ситуаций, верить в силу добра, любви и справедливости. Сказкотерапия – процесс улучшения внутренней природы, внешних качеств и мира вокруг. Это еще и терапия средой, особой сказочной обстановкой, в которой могут проявиться потенциальные части личности, нечто нереализованное, может материализоваться мечта, развиваться физическая культура младших дошкольников.

### **Список использованной литературы:**

1. Васильева Т.П. Воспитание здорового образа жизни у младших школьников / Т.П. Васильева: Дисс. ... канд. пед. наук. — М., 2000. -210 с.
2. Даль, В.И. Толковый словарь русского языка / В.И. Даль. - М.: АСТ, 2018. - 736 с.
3. Ермоленко Г.Г., Сапельникова Н.В. Игровое занятие "Быть волшебником".Сказкотерапия:<http://festival.1september.ru/articles596180/>
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. СПб, 2000.
5. Ожегов С. И., Шведова Н. Ю. Толковый словарь русского языка. – 4-е изд. – М., 1997
6. Сократов Н.В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: учебное пособие/ Н.В. Сократов. – М: ТЦ «Сфера», 2005. – 224 с.

### **Интернет-ресурсы:**

1. [http://www.orenipk.ru/kp/distant/do/ped/2\\_2.htm](http://www.orenipk.ru/kp/distant/do/ped/2_2.htm)  
Здоровьесберегающие технологии в ДОУ.
2. Институт сказкотерапии (г. Санкт-Петербург)[Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.cka3ka-pro.ru/index.html>