

Театр Здоровья как современная технология физического развития дошкольника

Воспитатель МБДОУ № 34 Силакова Тамара Ивановна

Физкультурная сказка - одна из форм активного отдыха детей. Введение в практику дошкольного учреждения подобных мероприятий позволяет реализовать естественную потребность ребенка в движении, восполнить дефицит двигательной активности. Содержание физкультурной сказки - это знакомые детям физические упражнения, но проводимые в игровой форме с использованием игр-драматизаций, что создает положительный эмоциональный фон, оказывающий благоприятное воздействие на организм ребенка.

Сказку можно использовать во всех формах работы по физическому воспитанию.

Теоретической базой моего опыта является программа Н. А. Фоминой «Сказочный театр физической культуры» и авторская система Н.Н. Ефименко «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста», а именно разработанное этим же автором эстетическое направление «Горизонтальный пластический балет».

Знакомство с физкультурной сказкой мы с детьми начали со среднего возраста. Так нашими постановками стали всем знакомые сказки «Репка» и «Колобок». В старшем возрасте для драматизации мы выбрали отрывок из сказки «Три поросёнка».

А продемонстрировать данную систему работы я бы хотела на примере постановки физкультурной авторской сказки в стихах «Теремок » для детей подготовительной группы, где я выступила не только руководителем и ведущей данного мероприятия, но и автором сценария и слов.

При подготовке к Физкультурной сказке мною был подобран ряд атрибутов, музыкальное сопровождение, что способствовало формированию у детей умений войти в роль, почувствовать ритм движений. Несложная стихотворная форма сказки по принципу многократных повторов облегчила задачу по запоминанию текста ролей и усилила интерес к действию.

Приёмы использования элементов ряжения способствовали быстрому вхождению ребёнка в игровой образ, созданию имиджа любимого героя, но не стоит забывать, что данные элементы не должны стеснять движений ребенка и мешать его физической активности. В связи с этим изображения сказочных героев Теремка было решено разместить на футболках детей.

Рациональное размещение инвентаря и оборудования, подготовленного по определённым сказочным мотивам, поддерживает повышенное эмоциональное состояние ребёнка и ведёт к его полной двигательной самореализации.

Итак, наша сказка началась...И я предлагаю вам посмотреть небольшой отрывок-вступление. /ВИДЕО/

В ходе продолжения физкультурной сказки детям было предложено выполнить этюд «Приключения листика». Данное эстетическое направление носит название «Горизонтальный пластический балет» и разработано на основе авторской системы Н.Н. Ефименко «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста».

Николай Николаевич Ефименко, кандидат педагогических наук, руководитель авторского педагогического Центра, говорит о необходимости превратить скучные, однообразные занятия по физкультуре в увлекательные спектакли, дарящие детям радость движения и приносящие пользу и оздоровление не только их физическому воспитанию, но и интеллектуальному развитию, формированию межличностных отношений, творческому самовыражению детей.

Физическое воспитание детей не должно сводиться только к мускульной деятельности, как это проводилось в практике дошкольных учреждений в течение многих лет. Двигательная активность в физическом воспитании является чудесной основой для других видов учебно-воспитательной работы, способствует формированию необходимых эстетических и этических норм (женственности, мягкости, аккуратности у девочек, мужественности, лидерства у мальчиков), воспитанию правил хорошего тона во взаимоотношениях друг с другом, пробуждению у детей чувства прекрасного, гармонии. Все это можно очень красиво преподнести в движении, обыграть и показать в двигательной-игровой деятельности, создать интересную физкультурную сказку.

Используя программу Н.Н.Ефименко, мы следуем логике природы, соблюдаем естественную последовательность в нагрузках организма ребенка, осуществляем принцип от «простого—к сложному». Начинаем упражняться разумно из «лежачих» или горизонтированных положений (как наиболее естественных, лёгких, разгрузочных), с постепенным увеличением нагрузки до положения прямостояния, к ходьбе, бегу, прыжкам (как наиболее сложным, нагрузочным, ударно-гравитационным движениям).

Горизонтальный пластический балет - новая, альтернативная система физического воспитания, спортивной тренировки, коррекции, оздоровления и творческого самовыражения детей и взрослых. Совместная деятельность в виде мини-спектаклей, включает в себя такие компоненты как движение, музыка и сюжет. Каждый из компонентов несет в себе огромные возможности: движения включают упражнения двигательных режимов; музыка - оздоровительно-профилактическую направленность, положительную энергию; сюжет помогает детям попасть в разные сказки, приключения и учит поступать честно и благородно. Все это способствует повышению качества выполнения упражнений, активизации

мышления, развитию творческих способностей, помогает ребятам лучше раскрыть свои индивидуальные и личностные качества.

Систему Ефименко «Горизонтальный пластический балет» мы используем во время динамических пауз в непосредственно образовательной деятельности, на утренних зарядках, во время корригирующих гимнастик после сна. Мои воспитанники знакомы и с удовольствием выполняли пластические этюды «Разговор с ветром», «Сказка о любопытном солнечном зайчике», «Путешествие дождевой капельки».

Итак, вернёмся к нашей сказке. И следующим «жителем Теремка» стала Лягушка-на мяче покатушка. Совместно с ней дошкольники выполнили упражнения на равновесие на фитболах. По аналогии всем последующим героям сказки было предложено выполнить физические упражнения и движения согласно их именам. Так упражнения с одноименными атрибутами, которые предложил выполнить Зайчик-в лапах султанчик, способствовали развитию координации движений и сохранению правильной осанки. Лиса-в норе краса совместно с ребятами показала навыки в таких видах движений как ползание и подлезание под гимнастические дуги, что способствует развитию гибкости и укреплению мышечного корсета. Волк-через палку скок продемонстрировал упражнения с гимнастической палкой с целью формирования правильного свода стоп и профилактики плоскостопия.

А вот Медведь, как и в оригинальной сказке, оказался не очень дружелюбным и к тому же, как выяснилось, совсем не спортивным. **/ВИДЕО/**

Как вы уже догадались, закончилась сказка хорошо, все помирились и подружились, а также весело поиграли в игру Теремок, где ребята в очередной раз продемонстрировали свою ловкость и быстроту реакции. В ходе демонстрации физкультурной сказки мои воспитанники получили заряд энергии и положительный эмоциональный настрой. Я отметила, что, проявляя интерес к такого рода мероприятиям, дети стали сами предлагать сюжеты для драматизаций на физкультурных занятиях, придумывать образы сказочных героев и даже физкультурные движения для них. Это послужило толчком для обдумывания новых идей для нашего «Театра Здоровья», и в перспективе мы с воспитанниками планируем инсценировать совместно придуманную сказку. Ребята уже предлагают свои идеи: о чём будет сказка, какие персонажи будут её героями, а также какие физические упражнения или спортивные задания нам придется выполнить.