

«Физическое развитие дошкольников посредством использования сказкотерапии»

Игнатова Вера Васильевна

*МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №24 «Светлячок»
г. Мичуринска Тамбовской области*

В современном мире на смену увлекательным коллективным играм пришли игры компьютерные. У детей все меньше остается времени для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Двигательный режим в дошкольных учреждениях позволяет восполнить лишь 55-60% естественной потребности детей в движениях. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными, спокойными, индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей дошкольников. В подавляющем большинстве, дошкольники страдают дефицитом движения, в результате чего у них исчезает интерес к занятиям физической культурой.

Проанализировав опыт работы Потапчук А. А., Овчинникова Т. С. «Двигательный игротренинг» и Н. Л. Фоминой Наталии (Фомина: Сказочный театр физической культуры, я пришла к выводу о том, что одним из способов повышения у детей интереса к физической культуре и спорту, потребности в естественной двигательной активности является использование на занятиях по физическому воспитанию игротренинга в форме двигательной сказки.

Сказка как образовательное средство позволяет, в первую очередь развивать воображение детей, обогащать их речевое развитие, а также положительно влиять на те, особенности физического развития детей, которые затрудняют создание ярких, оригинальных, целостных образов физического Я. Физическое Я характеризуется совокупностью представлений человека о собственном теле и связано с эмоциональной его оценкой.

Двигательная сказка авторами рассматривается как система физических упражнений, объединенных одной сюжетной линией и направленных на совершенствование двигательных умений и навыков. Данная форма работы подходит для работы с детьми любого возраста, так как включает себя два взаимосвязанных элемента: игру и сказку.

Игра является ведущим видом деятельности на протяжении всего дошкольного возраста, а сказка занимает настолько прочное место в жизни ребёнка, что некоторые исследователи называют дошкольный возраст «возрастом сказок». Данное сочетание позволяет повысить интерес дошкольников к занятиям физической культуры.

Двигательные сказки осуществляются по мотивам литературных произведений. Их проведение требует ясного представления образа литературного героя и сюжета произведения, умения передавать характер, действия и поступки при помощи соответствующих поз, жестов и движений.

Авторская сказка выступает специфической формой социокультурной рефлексии. Авторское начало предлагаемых двигательных сказок проявляется в разработке сюжетов, образов, а также в лингвостилистическом оформлении текстов.

Цель: развитие двигательных способностей дошкольников с помощью двигательных сказок.

Задачи:

- Содействовать освоению детьми двигательных действий, направленных на формирование оптимального двигательного режима жизнедеятельности.

- Развивать представления детей о собственном теле, ориентацию в системе моральных норм и правил поведения с помощью вхождения в образ сказочных героев.

- Формировать коммуникативные умения в процессе участия в двигательных сказках.

- Развивать интерес к содержанию сказки и желание участвовать в ее обыгрывании.

- Развивать способность проявлять творческий потенциал в процессе разыгрывания сказочных сюжетов.

- Воспитывать интерес к миру сказок.

Знакомство детей с двигательными сказками началось с мини-сказок, которые можно легко показать с помощью движений. Многие из предложенных мною стихотворений детям были уже знакомы, но они заинтересовались тем, что сказку-стихотворение можно было не только слушать, но и показывать.

На следующем этапе я предложила детям проигрывать уже не стихи, а сюжетные сказки. С этой целью я использовала двигательные сказки, предложенные в книге «Двигательный игротренинг», авторы Потапчук А. А., Овчинникова Т. С.

Готовые двигательные сказки могут использоваться при любой форме организации физкультурно - оздоровительной работы с детьми, как в процессе всего занятия, так и в отдельных его частях:

- в водной части физкультурного занятия или спортивного развлечения;
- как общеразвивающие упражнения на фитболе или без оборудования;
- в подвижных играх, играх-имитациях, спортивных эстафетах;
- в заключительной части физкультурного занятия или спортивного развлечения (элементы стрейчинга, релаксации);

- в коррекционной работе по профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата, органов дыхания, нарушения речи;

- в свободной и совместной деятельности детей в группе

- в качестве «бодрящей» гимнастики в утренние часы.

В своих занятиях я использую следующие элементы двигательной сказки: для привлечения внимания и усиления интереса детей ООД объединяется единым сказочным сюжетом, при этом структура игр-занятий по физической культуре сохраняется («Курочка Ряба», «В гостях у сказки»,

«В гостях у Доктора Айболита», «В стране воздушных шариков», «Матрешка в гости к нам пришла и подружек привела», «Конь ретивый с длинной гривой» и др.)

На физкультурное развлечение или НОД приходит игрушка или сказочный персонаж (Чебурашка, Колобок, Матрешка, Казак и казачка, Доктор Айболит и др.). Их участие в сюжете и подвижных играх поднимает эмоциональный настрой детей; в сказке детям, как правило, приходится преодолевать препятствия, в которых дети закрепляют умения выполнять основные движения (освоение профессии пожарного и тушение пожара мешочками с песком);

С большим интересом дети выполняют действия с различными атрибутами и нестандартным оборудованием: мячами, колокольчиком, колпачками, тканью, шапочками-масками и т. д.

Выполняя упражнения на расслабление, мы отправляемся с детьми в сказочный мир фантазий. Так, слушая музыку с закрытыми глазами, дети путешествуют по сказке и превращаются в маленьких рыбок или феечек, бабочек или снежинок. Прекрасным завершением сказки становится прохождение через сказочный водопад (сухой душ из разноцветных ленточек, который дарит детям силы, здоровье и хорошее настроение.

Для облегчения запоминания разнообразных упражнений по сюжету сказки, я предлагала детям «мнемотаблицы» движений. С их помощью дети выполняют сказку, как единый двигательный комплекс. Воспитатель рассказывает сюжет сказки, дети воспроизводят её содержание ранее выученными знакомыми движениями, как единый двигательный комплекс. Внимание детей приковано к содержанию сказки и выполнение упражнений не становится скучным и однообразным повторением. Главная задача таких сказок – выделить и определить движения персонажей и соотнести их с физическими упражнениями.

Усложнением было то, что теперь детям необходимо было не только выполнить упражнение, слыша его название, но и мысленно перевоплощаться в изображаемого героя и попытаться показать не только его действия, но и возможное настроение, характер. Сначала многим детям было сложно использовать мимику и движение одновременно, но со временем практически все ребята этому научились

Вся работа по развитию двигательного творчества проходит в следующей последовательности:

- знакомство с содержанием сказки;
- определяется количество персонажей, их характеристики;
- придумывание и показ не повторяющихся двигательных образов в соответствии с характерами героев;
- соотношение и выполнение двигательных действий и физических упражнений по рисункам и схемам – мнемотаблицам;
- проигрывание двигательных сказок в качестве ОРУ, динамических часов;
- выполнение детьми упражнений по сказке, читаемой педагогом.

Очень эффективными двигательные сказки становятся при организации с детьми работы на фитболе.

Фитбол-сказки могут быть самостоятельными занятиями с детьми младшего дошкольного возраста, когда педагог рассказывает сказки. Сопровождая ее выученными ранее знакомыми движениями. Внимание детей приковано к содержанию сказки, и выполнение упражнений не становится скучным и однообразным повторением.

В своей работе я хотела бы использовать с детьми старшего дошкольного возраста фитбол-сказки в качестве «бодрящей» гимнастики после дневного сна. В момент просыпания, когда ребенок находится в полусонном состоянии, предлагается прослушать сказку с закрытыми глазами и запомнить ее. Такое постепенное пробуждение полезно для детей, так как быстрый подъем часто может быть причиной негативного настроения. Сказка активизирует слуховое внимание, вызывает в воображении малышей ряд ассоциаций и образов, тем самым представляя собой один из вариантов мнемотехники, позволяющей с помощью образов запомнить и воспроизвести весь рассказ.

Полезно, чтобы после гимнастики, в свободной деятельности, дети смогли повторить и воспроизвести сказку. Оздоровительная работа будет наиболее эффективной, если многократное повторение одной и той же сказки будет осуществляться в различных режимных моментах, на всевозможных занятиях с разнообразными целями: образовательными, воспитательными, оздоровительными.

Составление двигательных сказок оказалось довольно интересным и увлекательным процессом. Мы стали использовать не только авторские литературные произведения, но и придуманные воспитателем, воспитателем совместно с детьми, а также сказки составленные детьми самостоятельно и совместно с родителями, которые активно включились в наш творческо-двигательный процесс. В нашем багаже уже не одна сказка, составленная в тесном семейном кругу и представленная детьми и родителями на совместных спортивных физкультурминутках («Репка», Теремок, Колобок, Курочка Ряба, Три поросенка, Кошкин дом)

Хочется также отметить, что составление двигательных сказок создаёт новые формы взаимодействия семьи и детского сада по вопросам здоровьесбережения дошкольников. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию. И самое главное - у детей повышается потребность и желание заниматься физической культурой. Главный принцип современного педагога: «Не надо обучать, а надо жить с детьми интересной сказочной жизнью»

Работа по развитию у детей двигательного творчества продолжается, но уже сейчас можно отметить положительные результаты в развитии эмоционально-волевой сферы, кроме того, дети становятся более раскованными, эмоциональными и творческими, а самое главное с удовольствием включаются в выполнение двигательных упражнений в сказочной, сюжетной форме. Таким образом, говоря о том, что

«двигательные сказки – это средство формирования двигательного творчества», мы имеем в виду не только развитие движения и эмоций, но и важную их роль при организации всей работы с детьми, направленной на решение задач сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей.