

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 30 комбинированного вида»

Практикум для воспитателей раннего возраста:
«Укрепление здоровья детей раннего возраста через
использование малых фольклорных форм».

Воспитатель:
Домбровская О. С.

2019 г

Укрепление здоровья детей раннего возраста через использование малых фольклорных форм.

Фольклор в переводе с английского народная мудрость. Фольклор для детей – это разновидность фольклора для самых маленьких, он соединяет в себе песни, игры, небольшие стихотворные формы.

Особую роль в развитии детей раннего возраста играют малые фольклорные формы, особенно потешки. Неповторимое своеобразие потешки особенно ценно для ребёнка.

Регулярное использование малые формы фольклора в детском саду позволит заложить фундамент психофизического благополучия ребенка, определяющий успешность его общего развития в дошкольный период детства.

Припевки, потешки, прибаутки, байки дети должны слышать с самого раннего возраста. Воспитатель, работающий с детьми раннего возраста, обязательно должен их использовать, чтобы успокоить малыша, развеселить, просто поговорить. Они способствуют созданию положительного эмоционального настроя. А эмоциональное состояние ребенка отражается на его здоровье.

Фольклор как сокровищница русского народа используется во всех формах работы с дошкольниками, в том числе на занятиях физкультурой, помогая находить новые формы развития двигательных способностей у детей и позволяя им проявить инициативу в двигательной активности. Фольклор позволяет разнообразить процесс физического воспитания путем нахождения новых форм развития двигательно-творческой инициативы детей.

Утренняя зарядка для детишек – это важнейший элемент в жизни каждого ребенка, поскольку именно зарядка предполагает отличное физическое развитие и здоровое состояние малыша. Делая зарядку, каждый малыш получает невероятный заряд бодрости на весь день. С помощью

зарядки малыш укрепляет здоровье и становится активным. Как заинтересовать ребенка утренней зарядкой? Можно прибегнуть к русскому народному творчеству – это потешкам, небольшие стихотворные формы.

Например:

Мишка лапки подними.

Мишка лапки опусти.

Мишка, Мишка покружись,

А потом земли коснись.

И животик свой потри

Раз, два, три – раз, два, три.

Поднимает кукла руки,

вверх- вниз, вверх – вниз!

А потом она танцует,

Покружились, покружились.

После танца всем ребятам

Поклонись, поклонись.

Пальчиковые игры, разработанные на фольклорном материале максимально полезны и очень важны в развитии малыша. По своей сути пальчиковые игры – это массаж и гимнастика для рук. Дети от таких игр обретут бодрость, хороший настрой. Вспомните знаменитые «ладушки», прекрасная зарядка для рук. А «Сорока-ворона»? Здесь уже и координация движений, и даже – точечный массаж. Не китайский, не тибетский, а самый что ни на есть наш родной массаж ладошки («кашу варила»), всех пальцев («этому дала»). И одновременно – педагогическое влияние: этому кашу не дала, потому что ленив.

Например:

Избушка на лужочке,

(делаем «домик» из обеих рук, соединяя их подушечками пальцев и основаниями ладоней)

Двери на замочке.

(соединяем пальцы в замок)

Ключик быстро подберем

И избушку отопрем.

(выполняем вращение большими пальцами обеих рук, не размыкая замка)

Отряхнем ладошки,

Отдохнем немножко.

(размыкаем пальцы, расслабляем ладони и легкими движениями встряхиваем их)

Поиграли – отдохните,

Ваши пальчики встряхните.

(расслабляем руки и встряхиваем их)

Сгибайте ваши пальчики,

Совсем как ушки зайчики.

(обе ладони с пальцами, прижатыми друг к другу, приставляем к голове и сгибаем сомкнутые пальцы несколько раз)

Ути – Ути, полетели

(машем руками, изображая птичку)

На головушку сели,

(кладем ладони на голову)

Поклевали, поклевали

(«клюем» голову пальчиками)

И домой улетели.

(руки с головы убрать, «полетели»)

Рано утром издалека

Прилетела к нам сорока.

(соединяем кисти рук крест – накрест, соприкасаясь запястьями, машем обеими кистями, как крылья)

Стала громко стрекотать,

Длинным хвостиком махать.

(ладонями с сомкнутыми пальцами прижимаем друг к другу и наклоняем их вправо – влево)

Зернышки она клевала,

Все на свете рассказала.

(пальцы обеих рук собираем в щепоть и «клюем» с поверхности стола)

При обучении основным движениям хорошо использовать игровые моменты из сказок. Например, из русской народной сказки «Колобок». Дать детям двигательнo-творческое задание: «Колобок покати́лся по тропинке – катание мячей двумя руками на расстоянии 2-3 метра. Дети машут рукой коlobку: «До свидания!»

Очень нравится детям театрализованные игры с использованием имитаций, инсценировок. Имитация отличается эмоциональной насыщенностью, в ней более образно представлена определенная сторона движения. Легко, бесшумно спрыгивают птички с ветки; вперевалочку, широко расставляя ноги, идет неуклюжий медведь; весело, задорно, высоко поднимая ноги, шагает петушок. (музыкальное сопровождение, практика)

Гимнастика для глаз снимает зрительное напряжение, повышает зрительную работоспособность, улучшает кровообращение и способствует предупреждению нарушений зрения и развития глазных заболеваний, а также более быстрому восстановлению работоспособности и эффективному усвоению учебного материала. Чтобы дети могли проявить свою активность, лучше проводить в игровой форме и использовать стишки, потешки.

Например:

Открываем глазки – раз,

А зажимаем – два.

Раз, два, три, четыре,

Раскрываем глазки шире.

А теперь опять сомкнули,

Наши глазки отдохнули.