

## **Художественное слово в двигательной активности детей старшего дошкольного возраста.**

Культура здоровья детей дошкольного возраста – это совокупность ценностного отношения ребенка к здоровью, его сохранению и укреплению, а также лично и социально значимых способов деятельности (культурно – гигиенических умений и навыков), направленных на обретение физического, психического и социального благополучия.

Укрепление здоровья является увлекательной деятельностью для дошкольника. Чтобы быть здоровым, ребенку приходится совершать разнообразные действия, применять умения и навыки, и все они могут быть крайне интересны и привлекательны для него.

Богатейшим подспорьем в организации образовательной деятельности и режимных моментов становится фольклор и детская литература. С их помощью несложно придумать игры, которые помогут освоить элементарные задачи здорового образа жизни.

Художественное слово – важнейшее средство воспитания ребенка. Через художественные образы устанавливаются эмоциональные взаимоотношения взрослого и детей, происходит знакомство с окружающим миром.

Чтение художественной литературы сочетается с другими видами деятельности, которые позволяют углубить понимание содержания произведения.

Фольклор и художественная литература находят свое применение в различных разделах работы с дошкольниками:

- речевой – это могут быть загадки, скороговорки, пальчиковые игры, динамические паузы на занятиях, стихотворения с имитацией и проговариванием;
- игровой – это пальчиковые игры, игры-этюды, хороводные игры, подвижные игры с речевым сопровождением, игры - путешествия;
- музыкально-художественной - это рисование иллюстраций к прочитанному, игры с музыкальным сопровождением, где дети проговаривают текст и выполняют движения под музыку;
- трудовой – можно предложить проведение какой-либо трудовой деятельности в сопровождении художественного слова;

Фольклор и художественная литература позволяет разнообразить процесс формирования основ культуры здоровья путем нахождения новых форм развития двигательной-творческой инициативы детей.

Двигательная активность – главный источник и побудительная сила охраны и укрепления здоровья, совершенствования физических и интеллектуальных способностей ребенка. Дошкольник познает мир, осваивает речь, пространственно-временные связи предметов и явлений при помощи движений. Поэтому художественное слово используется в двигательной активности детей дошкольного возраста.

В работе с дошкольниками проводятся различные типы упражнений, где художественное слово напрямую связано с двигательной активностью детей:

- Двигательно-творческие упражнения, основанные на одном из видов устного творчества – потешках, загадках, стихах.

*Например: минутки – пробудки после сна.*

### Потягушеньки

Потягушеньки моей душеньке. (*потягивание вверх*).

Тянем ноженьки, тянем рученьки. (*стопы приподнимаются на носочки*)

Сон скорее уходи, сила приходи. (*напряжение всех мышц, руки согнуты в локтях*)

Улыбнись, глазок, хоть один разок. (*улыбка – мимическое движение*).

Игровое упражнение «Компот» можно применять как во время образовательной деятельности, так и в режимных моментах в течении дня.

### Компот

Будем мы варить компот	<i>маршировать на месте</i>
Фруктов нужно много. Вот!	<i>показать руками «много»</i>
Будем яблоки крошить,	
Груши будем мы рубить,	<i>имитировать, как крошат,</i>
Отожмем лимонный сок,	<i>рубят, отжимают, кладут,</i>
Слив положим и песок	<i>насыпают сахарный песок.</i>
Варим, варим мы компот,	<i>повернуться вокруг себя.</i>
Угостим честной народ.	<i>хлопать в ладоши.</i>

- *Театрализованные упражнения с использованием имитационных, мимических и пантомимических действий, инсценировок, игр-драматизаций.*

(Такое упражнение проводим перед приемом пищи или на занятиях по ЗОЖ.)

### Петушок и кот.

Петушок кота любил,

Петушок кота учил:

Если ты с мячом играл,

Если клеил, рисовал,

Если ты копал песок,

Загрязнить ты лапки мог.

Ты всегда перед едой

Лапки чисто с мылом мой!

*(воспитатель читает текст, дети показывают отдельные действия героев или импровизируют фрагменты поведения героев)*

- *Игровые упражнения на основе подвижных игр.*

**Подвижная игра с речевым сопровождением «Мы собираемся гулять»**

Дети образуют круг, встают на некотором расстоянии друг от друга. Педагог встает в центре круга, читает текст, показывает движения. Дети повторяют движения и слова стихотворения вслед за педагогом.

Хоть и ветер за окном, Все равно гулять пойдем! Мы собираемся гулять Одежду нужно надевать.	<i>хлопают в ладоши</i>
Раз, два, три Куртку застегни. Четыре, пять, шесть Шарфы у всех есть? Семь, восемь, девять Вот мы и оделись! Ветерок стал тише Листья чуть колышет. На небе солнышко сияет, Нас на прогулку приглашает.	<i>выполняют «пружинку» руки на пояс наклоны влево-вправо руки на пояс  шагают на месте кружатся на месте руки вниз подняться на носки, руки вверх опуститься на всю стопу, руки опустить</i>

Помимо перечисленных форм работы рекомендуется включать фольклор и художественную литературу и в другие виды деятельности.

Художественное слово (потешки, стихи, заклички, приговорки) можно использовать во время проведения таких режимных моментов как:

- Самомассаж;
- Упражнения по профилактике плоскостопия;
- Хороводные игры;
- Ритмические упражнения;
- Упражнения на развитие дыхания;
- Упражнения на развитие мелкой моторики;
- Динамические паузы.

Художественное слово – эмоционально-образное средство влияния на детей, оно поддерживает их интерес к любому виду деятельности. Вызывает у детей радость и удовольствие от выполнения того или иного задания, что способствует более легкому формированию представлений о здоровье и здоровом образе жизни.