

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 162»



**«ПОВЫШЕНИЕ МОТИВАЦИИ К ФИЗИЧЕСКОЙ
АКТИВНОСТИ У ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ ПОСРЕДСТВОМ
ИСКУССТВА ХУДОЖЕСТВЕННОГО СЛОВА»**

Краснодар, 2024г.

Автор – составитель:

Терская Ульяна Геннадьевна - воспитатель, с первой квалификационной категорией муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения муниципального образования город Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 162»

Важнейшим этапом в формировании здоровья ребенка, развитии у него физических навыков и умений является дошкольное детство. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности. Художественное слово это мощный методический приём, который применяется педагогами в процессе общения с детьми на занятиях и в режимных моментах. Мотивы выполнения физических упражнений детьми разнообразны, чаще всего у дошкольников преобладает мотив эмоциональной привлекательности. Если детям интересно, то упражнения выполняются охотно и радостно, и польза от таких занятий намного выше. С целью повышения интереса и усиления мотивации детей к выполнению физических упражнений и обогащения двигательной деятельности на физкультурных занятиях используют художественное слово.

Педагогическая разработка направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста.

Пояснительная записка

Дошкольные образовательные организации в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования поставлены перед решением совершенно новой задачи: необходимо не просто проводить цикл занятий по здоровьесберегающей деятельности, а организовать единый интегративный процесс взаимодействия взрослого и ребёнка, в котором будут гармонично объединены различные образовательные области для целостного восприятия окружающего мира. Конечным результатом такого процесса должно стать формирование у ребёнка представления о здоровье человека как ценности, являющейся необходимой предпосылкой для полноценной жизни, удовлетворения его материальных и духовных потребностей, активного участия в трудовой и социальной жизни общества, во всех видах человеческой деятельности.

Особенность организации интегративного процесса в дошкольном образовательном учреждении такова, что все формы не могут существовать в чистом виде, выбор определённой темы предполагает их интеграцию. В педагогической науке интеграция рассматривается как ведущая форма организации содержания образования, в том числе и на первой важнейшей его ступени, дошкольной. С повышением внимания к развитию личности ребенка связывается возможность обновления и качественного улучшения системы дошкольного физического воспитания. Наряду с поиском современных моделей воспитания, необходимо возрождать лучшие образцы народной педагогики. Фольклор как сокровищница русского народа находит свое применение в различных разделах работы с дошкольниками: речевой, игровой, изобразительной, музыкальной. Художественное слово позволяет разнообразить и процесс физического воспитания путем нахождения новых форм развития двигательной-творческой инициативы детей. Его можно использовать во всех формах работы с детьми по физическому воспитанию.

Мотивы выполнения физических упражнений детьми

разнообразны. У дошкольников преобладает мотив эмоциональной привлекательности. Если им интересно, то упражнения выполняются охотно и радостно, и польза от таких занятий намного выше. С целью повышения интереса и усиления мотивации детей к выполнению физических упражнений и обогащения двигательной деятельности на физкультурных занятиях используют художественное слово.

Художественное слово – мощный методический приём, который применяется педагогами в процессе общения с детьми на занятиях и в режимных моментах. Используют возможности художественного слова и в физкультурно-оздоровительной работе в детском саду. Дети – талантливые исследователи слова, они с удовольствием повторяют любимившиеся строки, с легкостью их запоминают. 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 сочетаем с другими видами деятельности, которые позволяют углубить понимание содержания произведения. Фольклор и художественная литература находят свое применение в различных 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. Используя художественное слово в двигательной активности детей дошкольного возраста. Двигательно-творческие упражнения, основанные на одном из видов устного творчества – потешках, загадках, стихах. Минутки – побудки после сна.

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 течение дня.

Компот

Будем мы варить компот *маришировать на месте*

Фруктов нужно много. Вот! *показать руками «много»*

Будем яблоки крошить,

Груши будем мы рубить, *имитировать, как крошат,*

Отожмем лимонный сок, *рубят, отжимают, кладут,*

Слив положим и песок *насыпают сахарный песок.*

Варим, варим мы компот, *повернуться вокруг себя.*

Угостим честной народ. *хлопать в ладоши.*

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, *хлопают в ладоши*

Все равно гулять пойдем!

Мы собираемся гулять

Одежду нужно надевать.

Раз, два, три *выполняют «пружинку»*

Куртку застегни. *руки на пояс*

Четыре, пять, шесть *наклоны влево-вправо*

Шарфы у всех есть? *руки на пояс*

Семь, восемь, девять

Вот мы и оделись! *шагают на месте*

Ветерок стал тише *кружатся на месте*

Листья чуть колышет. *руки вниз*

На небе солнышко сияет, *подняться на носки, руки вверх*

Нас на прогулку приглашает. *опуститься на всю стопу, руки опустить*

Художественное слово (потешки, стихи, заклички, приговорки)

используются 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.

Организация подвижных игр и упражнений со словесным сопровождением

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. Интересное содержание художественного произведения, яркие художественные образы привлекают внимание ребенка, доставляют ему радость и в то же время оказывают на него воспитательное воздействие.

Подвижные игры и упражнения со словесным сопровождением:

- приучают ребёнка координировать движения и речь, выполнять упражнения с определённой амплитудой и скоростью, стимулируют речь, активизируют артикуляцию и силу голоса;
- движения со словами оказывают благоприятное воздействие на детскую нервную систему, активизируют работу большого числа крупных групп мышц, воспитывают выдержку, что особенно важно для дошкольников, у которых процесс возбуждения преобладает над процессом торможения;
- ребенок преодолевает такие комплексы, как неуверенность, застенчивость, замкнутость. В игре он не боится выражать свои чувства, не стесняется импровизировать и достигает эмоционального раскрепощения через речь и движение.

Для достижения цели поставлены следующие задачи:

- повышать интерес к физической культуре через использование стихов, сказок, рассказов и малых фольклорных форм;
- формировать физические качества и двигательные навыки и умения

дошкольников, стимулируя эту деятельность художественным словом;

- воспитывать интерес к занятиям физической культурой и спортом, а также к знакомству с литературными произведениями о спорте и здоровом образе жизни;

- знакомить детей с подвижными играми с использованием художественного слова, стимулируя их организацию по инициативе детей во время свободной деятельности.

Художественное слово используют в нескольких вариантах:

- читают стихотворение, потешку, сказку, а дети имитируют движения героев произведения, подражая художественному образу;

- дети вместе с воспитателем или самостоятельно проговаривают слова знакомого стихотворения. Для этого подбираются несложные, ритмичные потешки, в которых словами отражено или подразумевается определенное движение.

Художественное слово используют в разных формах работы с детьми по физическому воспитанию.

Утренняя гимнастика является одним из важнейших компонентов двигательного режима, ее организация направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей. Для поддержания интереса к утренней гимнастике иногда проводят её под стихотворный текст, используя потешки, песенки, прибаутки, музыку.

Заканчивают гимнастику всегда «волшебными словами», которые являются своеобразными мантрами здоровья:

«По утрам зарядку делай – будешь сильным, ловким, смелым!»

«Зарядку делай каждый день – пройдут усталость, вялость, лень!»

«Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна – от лени и болезней спасает нас она!»

«Пусть летят к нам в комнату все снежинки белые – не боимся холода: мы зарядку делаем!» и др.

Основной формой организованной двигательной активности являются физкультурные занятия.

Варианты применения художественного слова на занятиях.

1. Использование загадок или потешек при проведении физкультурных упражнений. Например, «Вот, ребята, вам загадки, покажите мне отгадки» – комплекс упражнений с использованием загадок.

2. Использование художественного образа, когда дети выполняют различные движения, подражая воображаемому образу. Детям младшего возраста необходим образец для подражания, и именно здесь они видят интересный и знакомый персонаж: юркий мышонок, гибкий котенок, заяка-попрыгайка и т.д.

3. Задействование на занятии сюжета знакомой или придуманной сказки. Эти занятия проводятся в форме «двигательного» рассказа или сказки.

4. Включение фольклора (потешки, загадки, пословицы, поговорки) или авторского художественного произведения в познавательные занятия валеологического характера и на тему спорта, ГТО, например, «Рассказ о неизвестном герое» Маршака и др. Это оживляет процесс обучения, делает его доступным детям дошкольного возраста.

Художественное слово можно использовать как на протяжении всего занятия, так и в отдельной его части.

Очень привлекательны для выполнения детьми физкультурные упражнения с предметами: мячами, палками, фитболами и др. Иногда сюжет занятия обобщают одним предметом: «Весёлый мяч», «Волшебный обруч», «Палочка-выручалочка», а иногда упражнения с предметами – часть занятия. Но почти всегда при выполнении детьми упражнений используют художественное слово. Оздоровительные гимнастики так же в основном построены на стихотворном материале.

С целью повышения эмоциональности и дальнейшей мотивации к

занятиям физической культурой часто используют на спортивных развлечениях физкультурные сказки. Очень нравятся детям любого возраста путешествия по сказкам и литературным произведениям. Развлечение может быть построено:

- на сюжете одной сказки, литературного произведения. В детском саду проводили спортивные развлечения по мотивам сказок «Муха-Цокотуха»,

- «Волшебник Изумрудного города», «Чиполлино», «Стрекоза и Муравей», «Бу-ратино»;

- на встрече с героями из разных сказок, например, «По страницам любимых сказок»;

- на протяжении всего занятия может присутствовать один сказочный герой, например, Буратино, Доктор Айболит.

Ребенок верит в реальность вымысла и переносит себя в сюжет текста, придумывает собственные детали и эпизоды. Слушая рассказ или сказку, он живет жизнью героев, сам как бы становится участником передаваемых событий, сочувствует добру, осуждает зло. Сказка привлекает детей не только занимательным сюжетом, поэтической формой, но и своей идейной сущностью.

Для того чтобы провести такое развлечение, детей заранее знакомят со сказкой или литературным произведением. Дети «погружаются» в сказку, а затем перед ними ставится проблема – помочь сказочному герою. Для достижения цели им необходимо преодолевать двигательные трудности, уметь разрешать проблемную ситуацию. К праздникам дети учат стихи, песенки, что является дополнительной эмоциональной составляющей праздника.

Включение художественного слова в процесс физического воспитания требует выполнения определенных условий:

- 1) детям должен быть хорошо знаком комплекс физических

упражнений, который предлагается для выполнения: строевые, общеразвивающие, музыкально-ритмические и танцевальные, основные движения, подвижные игры;

2) художественный материал (потешки, загадки, песенки, прибаутки, сказки, считалки, скороговорки, пляски, стихи) должен быть использован в соответствии с возрастными особенностями детей;

3) для рациональной организации двигательной активности детей необходима частая смена упражнений при многократном повторении каждого движения;

4) движения должны быть выполнены четко, ритмично.

Таким образом, широко используя художественное слово можно добиться от детей качественного выполнения движений, обогатить их словарный запас, развивать память, приобщить детей к русскому народному творчеству, привить любовь к физкультуре и спорту. Чем эмоциональнее, интереснее проходит образовательный процесс, тем выше результат.

Литература

1. Ушакова, О.С. Развитие речи дошкольника. – М., 2001. – 173 с.
2. Аверина, И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ. – М.: Академия, 2000. – 218 с.

Использование художественного слова на зарядке и физкультурном занятии

Вводная часть	ОРУ	Подвижная игра
«Над моею над макушкой звонко хлопает хлопушка» «Лёд да лёд, лёд да лёд, а по льду пингвин идёт» «У нас славная осанка, Мы свели лопатки. Мы походим на носках, А потом на пятках. Пойдём мягко, как лисята, Ну а если надоест. То пойдём все косолапо, Как медведи ходят в лес».	«Все движения разминки повторяем без запинки! Эй! Попрыгали на месте. Эх! Руками машем вместе. Эхе-хе! Прогнули спинки, Посмотрели на ботинки. Эге-ге! Нагнулись ниже Наклонились к полу ближе. Повертись на месте ловко. В этом нам нужна сноровка. Что, понравилось, дружок? Завтра повторим урок!» Упражнение для рук: «Руки подняли и покачали: Это деревья в лесу. Локти согнули, кисти встряхнули: Ветер сбивает росу. Плавно руками помашем: Это к нам птицы летят. Как они сядут, покажем: Крылья сложили назад». «Выполняем упражнение, Быстро делаем движенья. Надо плечи нам размять,	«Встань ко мне спиной, Побежим с тобой, Кто из нас скорей Прибежит домой? «Мы по кругу идем, Мы листочку зовем, Пусть глаза не открывает, Нас по голосу узнает!»

	Раз-два-три-четыре-пять». Повороты «Вправо-влево поворот, а потом наоборот» «Вправо-влево, вправо-влево закружилась королева». Приседания «Чтобы прыгать и резвиться, Нужно ножки развивать. А поэтому, ребята, Будем дружно приседать. Ручки прямо протянули – Начинаем приседать И при этом будем ровно И старательно дышать. Если это упражнение Делать будете всегда, Ваши ножки прыгать резво Не устанут никогда! Прыжки Раз, два, три, четыре, пять! Начал зайчика скакать. Прыгать зайчика горазд, Он подпрыгнул 10 раз».	
При упражнениях с предметами		
Мяч	Гимнастическая палка	Скакалка
«Мяч лежать совсем не хочет. Если бросить, он подскочит. Как подскочит – не зевай, Быстро ты его хватай». «Мячик, мячик,	«Палку вверх подняли – раз Выше носа, выше глаз. Прямо руки вверх держать Не качаться, не дрожать. Три – опустим палку вниз, Стой на месте не вертись».	«Раз, два, три, четыре, пять, Начинаем мы скакать. Скачем прямо, скачем боком, С поворотом и с подскоком».

прыг да скок. Улетел под потолок, Высоко взлетел, упал, В руки мячик я поймал».		
Оздоровительные гимнастики		
Дыхательная	Зрительная	Самомассаж
«Подыши одной ноздрёй, И к тебе придёт покой» «Нужно глубоко вздохнуть, Чтобы свечку нам задуть».	«Лучик, лучик золотой, поиграй-ка, ты, со мной <i>(моргают)</i>. Ну-ка, лучик, повернись, На глаза мне покажись <i>(круговые движения)</i>. Взгляд я влево отведу, Лучик солнца я найду. Теперь вправо посмотрю, Снова лучик я найду!	«Если замерзают руки, Начинаем их тереть <i>(растирают ладошки)</i>. Быстро мы сумеем руки, как на печке, разогреть. Сначала ладошки Совсем, как ледышки, Потом, как лягушки, Потом, как подушки <i>(растирать всё быстрее)</i>. Но вот понемножку Согрелись ладошки,

		Горят, и взаправду, А не понарошку <i>(протянуть вперёд ладошки).</i>
--	--	---

Приложение 2

Использование сюжета сказки при выполнении упражнений урна гимнастики

Много сказок есть на свете, Очень все их любят дети. Возьмите в руки ключик золотой. Выше ключик поднимаем, Двери в сказку открываем. Вот шагает Буратино, очень ровно держит спину, Он шагает на носках в деревянных башмачках. За ним папа Карло идёт в башмаках На деревянных больших каблуках. Вслед за ним идёт Мальвина, Ноги как у балерины. А за ней Пьеро шагает, грустные стихи читает. Посмотрите – Артемон, Спинку ровно держит он. Птичка польку танцевала, выше хвостик поднимала, Выше хвостик поднимала, крылья в танце расправляла. Тортила медленно ползёт, ключик золотой несёт. Вот идёт лиса Алиса, воображает, как актриса. Хвостик влево, хвостик вправо,	Ходьба шагом друг за другом. Замочек над головой, потянуться вверх – назад. Ходьба на носках, руки на поясе. Ходьба на пятках. Пятки вместе, носки врозь. Носки вместе, пятки врозь. Ходьба в полуприседе. Руки за спиной в замочке вверх-вниз. Ходьба на руках и ногах животом вверх. Ходьба на средних
--	---

вертит спинкою на славу. Гляньте, Карабас шагает, куклам плёткой угрожает. Карабас Барабас, догони попробуй нас!	четвереньках. Ходьба широким шагом. Бег змейкой.
---	--

