

# Фольклор в развитии двигательной активности детей





**Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным,  
сделайте его крепким и здоровым:  
пусть он работает, действует,  
бегает, кричит,  
пусть он находится в постоянном движении.**

**Жан Жак Руссо**



# Организация и проведение народной игры

**Народная игра вырабатывает у детей внимание, выдержку, сообразительность и ловкость.**

В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора; движения точны и образны, часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами, заманчивыми и любимыми детьми считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший, неповторимый игровой фольклор. Так, например, зачины, которые, по определению русского фольклориста Г. А. Виноградова, являются как бы игровой прелюдией, дают возможность быстро организовать игроков, настроить их на объективный выбор водящего, безоговорочное и точное выполнение правил. Этому способствуют ритмичность, напевность или характерное скандирование считалок, предшествующих игре:

**Катился горох по блюду, ты води, а я не буду.**

**Я куплю себе дуду. И по улице пойду, громче, дудочка, дуди: Мы играем, ты води.**

**Шла кукушка мимо сети, а за нею малы дети, кукушата просят пить, выходи — тебе водить.**





Помимо считалок, существуют и жеребьевки, которые также создают эмоциональное настроение и увлекают самим процессом игры. Они применяются в тех случаях, когда детям необходимо разделиться на команды. Например, игроки выбирают путем считалки сначала двух детей, а они, договорившись, кто из них как будет называться, встают в пару и, подняв вверх соединенные руки, образуют воротца. Остальные играющие друг за другом проходят или пробегают в эти воротца. Последнего ворота задерживают: игроки опускают руки и тихо спрашивают:

**Конь вороной остался под горой. Выбираешь, какого коня: Сивого или златогривого?**

Играющий встает позади того, кого выбрал. Таким способом все дети делятся на две команды, и начинается игра. В жеребьевке могут быть и более короткие загадки:

«Красное яблочко или золотое блюдечко?», «Ниточка или иголочка?» и т. п. В некоторых народных играх перед их началом применяются забавные певалки. Например, выбирая водящего, все играющие садятся вокруг и нараспев говорят:

**Кто засмеется, губа задерется. Раз, два, три, четыре, пять. С этих пор молчать!**

Все стараются не проронить ни слова и не засмеяться. Самый выдержанный из детей становится водящим. Постепенно «Молчанка» приобрела вид самостоятельной игры. Например, перед началом все садятся и хором произносят:

**Первенчики, бубенчики летали голубенчики по свежей просе, по чужой полосе.  
Там чашки, орешки, медок, сахарок. Молчок!**

Тому, кто не выдержит и засмеется, назначают фант и предлагают исполнить танец, спеть песенку и т. д.

Певалки имеют место и в самом содержании народных игр. Например, в игре «Уголки» водящий подходит к кому-либо из стоящих в «уголке» (очерченном на земле круге) и говорит:

**Мышка, мышка, продай уголок. За шильце, за мыльце. За белое полотенце, за зеркальце!**

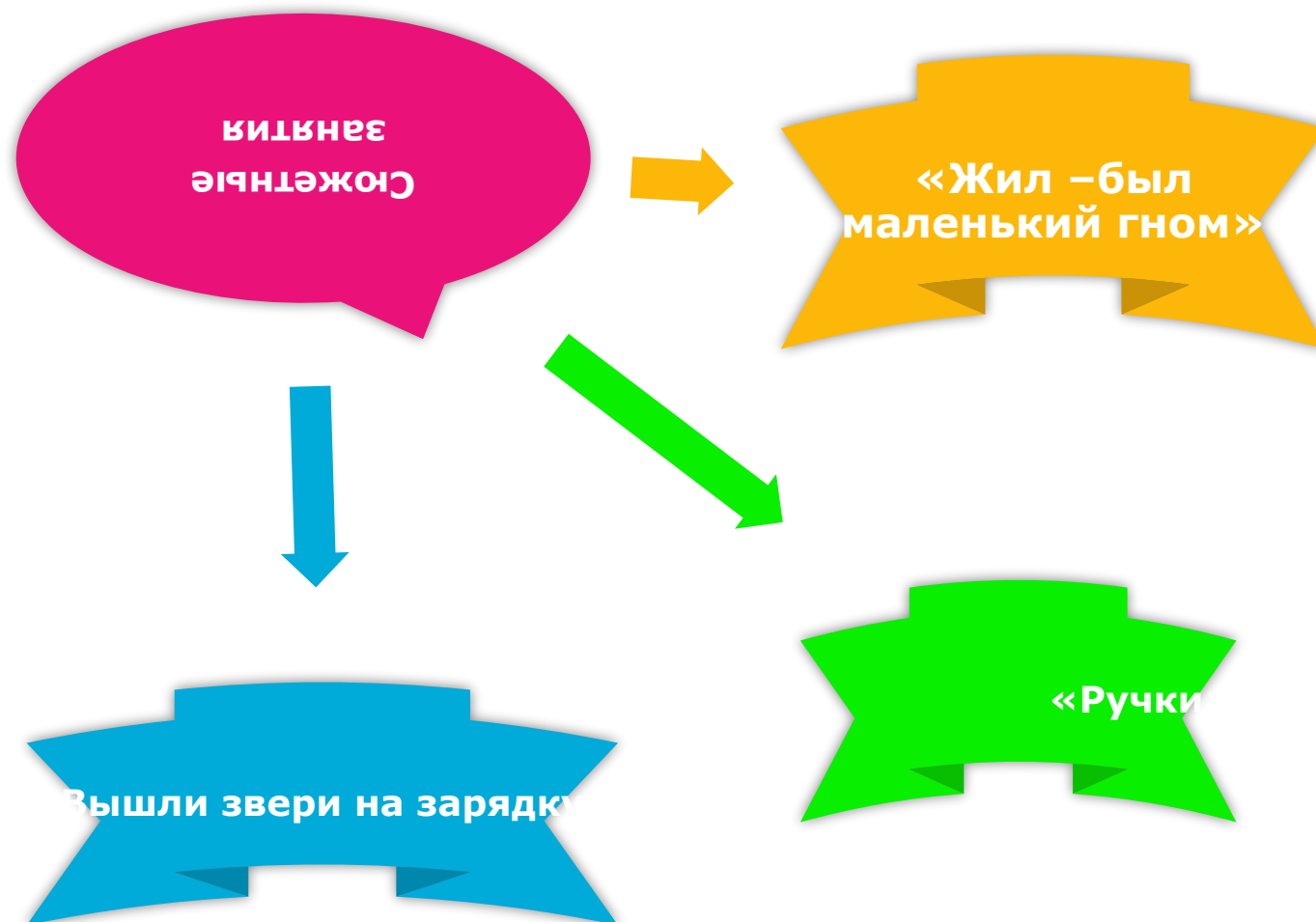
# Задачи

**Обеспечить эмоциональное положительное общение с ребенком**

**Развивать двигательную активность посредством фольклора во всех режимных моментах**

**Создать предметно- развивающую среду для развития двигательной активности детей**

# Русские потешки в развитии двигательной активности



## Жил-был маленький гном

(присели, встали),  
С большим колпаком  
(вытянули руки вверх),  
Он был путешественник-  
гном (руки на пояс,  
маршируем),  
На лягушке он скакал:  
Прыг-скок, ква-ква!  
(прыгаем)  
И на стрекозе летал:  
Ух, высоко! (машем  
ручками),  
По ручью плыл в чайной  
чашке:  
Буль- буль- буль!  
(плывем),  
Ездил он на черепашке:  
Топ-топ-топ! (руки на  
поясе, топаем на месте)  
И, протопав все тропинки,  
Он качался в паутинке:  
Баю-бай! (качаемся из  
стороны в сторону).  
Утро придет (руки вверх, в  
стороны, вниз),  
Гном опять в поход  
пойдет! (спокойно ходим  
по комнате)

## Ручки

Мы — маленькие руки,  
Но мы не знаем скуки,  
Есть всегда у нас дела:  
Та схватила, та взяла.  
Даже если нас не просят,  
Мы все время что-то носим,  
И мишутку, и ежа  
Мы погладим, не спеша.  
Пальцы наши – крошки –  
Ловкие помощники,  
И горошинку возьмут,  
Если где-нибудь найдут.  
Наш мизинец очень мал,  
Рядом безымянный стал,  
А за ними средний –  
Важный – не последний.  
Есть у нас внимательный  
Палец указательный.  
И немного стороной -  
Самый толстый и большой -  
Палец очень главный,  
Ложку держит славно.  
Если пальчики послушные,  
Мы и ловкие и дружные,  
Помогаем малышам  
Все дела их совершать.

**Вышли звери на зарядку,**  
Рассчитались по порядку.  
Рядом с ними – ребятишки,  
И девчонки, и мальчишки.  
Упражнения начинаются,  
Лапки кверху поднимаются.  
Ну а мы поднимем ручки  
Высоко, до самой тучки!  
Вот идет мохнатый мишка,  
Громко топает топтыжка.  
Косолапому поможем,  
Мы пройдем, как мишка, тоже.  
Топ да топ, топ да топ  
И в ладоши хлоп да хлоп!  
Скачет зайка на лужайке  
Мы попрыгаем, как зайка.  
Ножки вместе, скок-поскок!  
Веселей скачи, дружок!  
Пчелки крылышками машут,  
Над цветами дружно пляшут.  
Ручки в стороны расставим,  
Словно крылышки расправим.  
Замахали, полетели  
И как пчелки загудели:  
Ж-ж-ж!  
Вот копытца замелькали –  
Это кони поскакали.  
Пробежимся, как лошадки,  
На носках, потом – на пятках.  
Вот и кончилась зарядка!  
До свидания, ребятки!  
Если очень захотите,  
Завтра снова приходите

# **Использование фольклора на занятиях физической культуры**

## **Вводная часть**

**Формировать эмоционально- положительное  
отношение детей к двигательной деятельности**

## **Основная часть**

**Обучать способам передачи двигательной выразительности,  
побуждать к самостоятельному решению двигательных задач**

## **Заключительная часть**

**Рефлексирование.**





Зайка беленький сидит и ушами шевелит,  
Вот так, вот так, он ушами шевелит.  
Зайки холодно сидеть, надо лапочки погреть,  
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп, надо лапочки погреть.  
Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать,  
Скок, скок, скок, скок, надо зайке поскакать.  
Кто-то (или мишка) зайку испугал, зайка прыг и ускакал.

**По ровненькой дорожке  
, шагают наши ножки.  
По камешкам, по  
камешкам. В яму- бух!**

У медведя во бору  
Грибы, ягоды беру,  
А медведь не спит  
И на нас глядит.

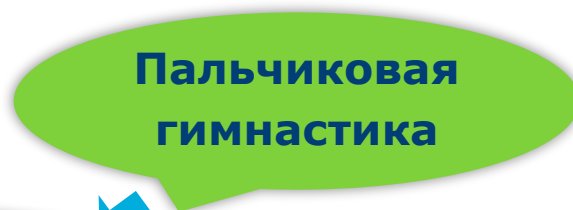
Гуси- гуси!  
Га- Га- Га!  
Есть хотите?  
Да, да, да!  
Ну, летите, раз хотите,  
Только крылья берегите!



«МОЯ СЕМЬЯ»



Пальчиковая гимнастика



«КАПУСТА»



«ЛОДОЧКА»





дедушка,  
 бабушка,  
 папочка,  
 мамочка,  
 – в,  
 і

бонное, начиная с бо  
 лго о кулачок.

Мы капусту рубим- рубим,  
 Мы капусту солим- солим,  
 Мы капусту трём-трём  
 ,Мы капусту жём- жём.

ямыми ладонями вверх-вниз,  
 лущечек пальцев, потирать к  
 жжать и разжимать кулачки  
 «са подниму»  
 лировать

ижму  
 у.  
 – вь,  
 яву.  
 нам  
 и там

ве ладони соединить лодочко  
 и выполнить  
 иженя руками. На слова «па  
 нные ладони вверх. Затем и  
 ьрок.

# Использование потешек в утренней гимнастике



# Прогулка



### **Игра «Бабушка Маланья»**

Это очень веселая хороводная игра, в которой один из детей (водящий) должен придумать какое-нибудь оригинальное движение, а все остальные – его повторить. В игре достигается не только согласованность движений, но и единство в создании образа и настроения.

Дети вместе со взрослым становятся в круг, в середине которого находится ребенок, изображающий Бабушку Маланью (на него можно надеть платочек или фартучек). Дети в кругу вместе со взрослым начинают петь смешную песенку, сопровождая ее выразительными движениями.

#### **Слова Движения:**

У Маланьи, у старушки, (дети движутся по кругу, держась за руки)

Жили в маленькой избушке.

Семь сыновей. (Останавливаются и с помощью жестов и мимики изображают то, о чем говорится в тексте: закрывают руками брови, делают «круглые» глаза, «большой» нос и уши, показывают усы и пр.). Присаживаются на корточки. Повторяют за ведущим любое смешное движение.

Все без бровей,  
Вот с такими ушами,  
Вот с такими носами,  
Вот с такими усами,  
С такой головой.  
С такой бородой,  
Ничего не ели,  
Целый день сидели,  
На нее глядели,  
Делали вот так



Движения могут быть самые разнообразные: можно сделать рожки, попрыгать и поплясать, сделать руками длинный нос, погрозить пальцем или в шутку заплакать. Они могут сопровождаться звуками и возгласами, передающими настроение. Движение необходимо повторить несколько раз, чтобы ребята могли войти в образ и получить удовольствие от игры.

# *Гимнастика после сна*





# Значение фольклора на занятиях физической культуры



- Развитие двигательной активности



- Формирование зрительного восприятия



- Координация зрительного и слухового анализаторов с движениями



- Совершенствование ориентировки в пространстве



- Расширение представлений об окружающем мире

# Упражнения-загадки, где отгадками служат забавные подражательные упражнения.

**Легкий бег на носочках, руки - в стороны, плавно поднимать их высоко вверх и опускать вниз.**

Над цветком порхает, пляшет,  
Веерком узорным машет.  
Шевелились у цветка  
Все четыре лепестка,  
Я сорвать его хотел, -  
Он вспорхнул и улетел.  
(Бабочка)

• **. Сесть, спину выпрямить, пятки чуть приподняты над полом, руки на коленях. Продвигаться вперед на носках, не теряя равновесия.**

• В воде купался, а сух остался.  
По лужку он важно ходит,  
Из воды сухим выходит,  
Носит красные ботинки,  
Дарит мягкие перинки.  
(Гусь)

**2. Ходьба на внешней стороне стоп. Руки широко расставлены в стороны. Шаги медленные, не уклюжие.**

Кто, позабыв тревоги,  
Спит в своей берлоге?  
Летом бродит без дороги  
Возле сосен и берез,  
А зимой он спит в берлоге,  
От мороза прячет нос?  
(Медведь)

**Сесть на пол, колени в стороны, пятки чуть приподнять над полом, руки впереди. Прыжками медленно продвигаться вперед.**

Скачет квакушка,  
Не рот, а ловушка,  
Попадают в ловушку  
И комар, и мушка.  
(Лягушка)

● **Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Руки согнуты перед грудью, кисти рук опущены вниз.**

Прыг-скок, прыг-скок,  
Длинное ушко — белый бок.  
(Заяц)

**Лечь на пол на живот, руки упираются в пол, колени согнуты. Прогнуться и тянуться носками ног к голове, не выпрямляя логги.**

Крылья есть, а не летает,  
Ног нет, да не догонишь.  
У родителей и деток  
Вся одежда из монеток.  
(Рыбка)

● **Большие кругообразные движения руками перед собой.**

Крыльями машет,  
А сама ни с места.  
(Мельница)



**Благодарим  
за внимание!**