

**Фольклор в  
физическом  
воспитании детей**

На современном этапе одним из актуальных вопросов является поиск новых форм и методов обучения детей. 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. Фольклор позволяет разнообразить и процесс физического воспитания путем нахождения новых форм развития двигательной-творческой инициативы детей.

Я стараюсь подходить творчески к этому вопросу используя фольклор как эмоционально- образное средство влияние на детей, поддерживаю их интерес к физической культуре посредством русских национальных традиций. Это вызывает у детей радость и удовольствие, желание заниматься физической культурой.

### Утренняя гимнастика с использованием фольклорного материала.

#### «Потешки для малышей»

**Ходьба по кругу**, в руках у детей погремушки.

Киска-Киска, киска брысь.

На дорожку не садись

Наши детки пойдут

Через киску упадут.

**Бег по залу**, дети гремят погремушками (звукоподражание «бом-бом»)

Тили-тили,

Тили-бом,

Загорелся кошkin дом.

**Ходьба**. Дыхательные упражнения.

Построение в круг.

**Общеразвивающие упражнения с погремушками.**

1. Кошка выскочила

Глаза выпучила!

**«Киска-киска».** И.П. – основная стойка, погремушки в руках за спиной: махи руками, звукоподражание «Мяу-мяу». (5 раз)

2. Бежит курица с ведром

Заливает кошкин дом.

**«Курочка».** И.П. – тоже: наклон вперед, постучать погремушками, звукоподражание «кудах-тах-тах»

3. Как на нашем на лугу

Стоит чашка творогу

Прилетели две тетери

Поклевали-улетели.

**«Тетери»** И.п. – сидя., погремушки в руках у бедер: согнуть ноги, постучать погремушками, звукоподражание «тра-та-та» (5 раз)

4. Вдоль по речке лебедушка плывет

Выше бережка головушку несет.

Белыми крылышками помахивает,

На цветы воду стряхивает.

**«Лебедушка».** И.п. – лежа на животе, погремушки в руках вверху: приподнимание верхней части туловища, имитация взмахов крыльев лебедушки. (4 раза)

5. Солнышко – ведрышко, выгляни в окошечко.

Солнышко, нарядись! Солнышко, покажись!

Дождик, дождик, полно лить

Малых детушек мочить!

**«Дождик и солнышко».** И.п. – основная стойка, погремушки внизу: 8-10 подпрыгиваний с переходом на ходьбу и упражнение на дыхание. (2 раза)

Ходьба по кругу  
Пошел котик во лесок  
Нашел котик поясок.  
Нарядился, воротился,  
Стал он люлечку качать.

**Бег врассыпную**, звукоподражание «динь-динь».

Птички летят  
Колокольчики звенят  
Раз, два, не воронь!  
Разбежались как огонь.

**Ходьба, упражнение на дыхание.**

Ходит конь по бережку,  
Вороной по зеленому.  
Он головушкой помахивает,  
Золотой уздой побрякивает.