

## «Формирование первичных представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста через театрализованную деятельность»

Пачкория Олеся Николаевна  
воспитатель

МАДОУ города Нижневартовска ДС № 37 «Дружная семейка»

Сегодня жизнь диктует нам свои условия. Всё очень быстро меняется и призывает нас идти в ногу со временем. Изменения пришли и в систему дошкольного образования. Федеральный государственный образовательный стандарт рассматривает дошкольное детство как важный, самоценный этап в общем развитии человека. Одной из главных предпосылок для обеспечения полноценного проживания ребенком всех этапов детства является здоровье. Впервые здоровье определено, как составляющее и важный результат образования. Здоровый ребенок - одно из главных условий правильного формирования его характера, развития творческой инициативы, сильной воли, природных задатков. У здорового ребенка быстрее формируются все необходимые умения и навыки, он лучше приспосабливается к смене условий и адекватно воспринимает предъявляемые к нему требования. Одной из главных задач ФГОС дошкольного образования является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование ценностей здорового образа жизни. Образовательная область «Физическое развитие» при реализации образовательной программы направлена на решение этой задачи и включает в себя становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Несмотря на многочисленные исследования, проблема формирования здорового образа жизни у дошкольников требует дальнейшего изучения, поиска новых подходов в практической деятельности дошкольных образовательных учреждений. Сегодня хочу представить опыт работы по формированию первичных представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста через театрализованную деятельность, целью которой: формировать у детей дошкольного возраста первичные представления о здоровом образе жизни через театрализованную деятельность. Для достижения цели решается ряд задач: сформировать у детей дошкольного возраста первичные представления о здоровом образе жизни посредством театрализованной деятельности; развивать выразительность исполнения основных видов движений через овладение искусством мимики и жеста для художественного создания образа; повысить компетентность родителей в вопросах формирования первичных представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста посредством театрализованной деятельности. Для решения данных задач педагогу необходимо искать наиболее интересные и эффективные формы работы с дошкольниками и родителями. Театрализованная деятельность эмоционально-насыщенна, привлекательна для детей и позволяет использовать формы, методы и приемы театрализации в формировании здорового образа жизни.

Л. С. Гончарова считает, что огромным потенциалом формирования первичных представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста обладает театрализованная деятельность, потому что она стимулирует развитие психических процессов, помогает познанию окружающего мира, усвоению способов укрепления и сохранения здоровья, развитию самопознания, ориентации детей в разнообразных социальных ситуациях. Также театрализованная деятельность способствует включению ребенка в здоровьесберегающую деятельность с учетом его индивидуальных возможностей.

Кукольный театр – самый короткий путь эмоционального раскрепощения ребёнка, снятия зажатости, развития сферы чувств. Постепенно неуверенные в себе дети становятся более открытыми, смелыми, легко идущими на контакт с окружающим миром, сверстниками и взрослыми. Формирование здоровьесберегающего пространства дошкольников с помощью театрализованных игр в целом представляет собой педагогический процесс, в котором постепенно в воображаемых, соответствующих роли,

сюжету и реальных ситуациях, осуществляется осознание ценности здоровья и ответственного отношения к нему, усвоение знаний и представлений о здоровом образе жизни.

В наших театральных постановках проживая и переживая вместе с героями различные ситуации, недоступные в реальной жизни, ребенок познает новые формы и стили общения, приобщается к культуре взаимоотношений. Взаимосвязь здоровьесберегающих технологий с театрализованной деятельностью способствует развитию у детей не только художественных способностей, а также физических и психических качеств, закреплению знаний о поведении в той или иной жизненной ситуации, формируют привычку к здоровому образу жизни.

В работе с детьми использую такие средства: как разыгрывание потешек, пальчиковые гимнастики с использованием пальчикового театра, сказок, мини – сценок; владение куклой, игрушкой; ролевая игра.

Дети значительно лучше и эмоциональней усваивают материал, если о нем рассказывает не воспитатель, а сказочный герой. Они с удовольствием помогают Колобку, Красной Шапочке найти выход из какой – либо затруднительной ситуации. Одевая костюм или маску сказочного героя, ребенок глубже переживает ситуацию. Например, в сказке «Теремок», одна из задач – учиться имитировать движения героев, выполняя здоровьесберегающие упражнения. Давайте представим, что мы дошкольники и вместе выполним маленький фрагмент. Стоит в поле теремок, теремок. Он не низок, (Все дети поднимают руки вверх) не высок, не высок (дети опускают руки вниз). Вдруг по полю, по полю мышка бежит (дети перебирают пальцами спускаясь вниз от живота к носкам) подбежала к теремочку и стучит (по ходу игры на одного из детей одевается маска и он исполняет роль героя) и так на протяжении театрализованной игры дети в соответствии с текстом сказки имитируют движения героев.

А в постановке сказки «Колобок» можно добавить пальчиковую гимнастику «Стряпаем» Старуха намела, наскребла горсти две муки и замесила тесто. Имитируем скатывание колобков. Раскатаю колобок, Колобок – румяный бок. Буду сильно тесто мять, Буду колобок катать, и также дыхательную гимнастику «В лесу». Надоело колобку лежать на окошке и покатился он в лес по дорожке. А чтобы не заблудится нужно произнести «Ауу» Сделав вдох, на выдохе произнесите "ау".



Перед театральными постановками проводится предварительная работа, которая помогает формировать у детей первичные представления о здоровом образе жизни. Так, например, перед постановкой сказки «Репка» в предварительную работу входит: чтение сказки, рассматривание иллюстраций, обсуждение персонажей, затем с детьми проводится обсуждение сюжета, задавая детям вопросы:

-Что такое Репка?

-Для чего дед посадил Репку, в чем ее польза?

-Репка выросла пребоольшая и не могут вытащить ее наши герои, а как вы думаете, почему?

-Правильнонаверное у них сил нет ....

-Ребята, а что нужно делать, чтобы быть сильными и ловкими?

-кушать полезные продукты, витамины, заниматься спортом, делать утреннюю гимнастику, гулять на свежем воздухе, соблюдать режим дня.

И так, перевоплощаясь в героев сказки во время репетиций дети играют в подвижные игры, направленные на развитие физических качеств, делают утреннюю гимнастику, вспоминают и перечисляют, что нужно делать, чтобы быть здоровым и сильным.

Для повышения компетентности родителей в данном вопросе проводятся мероприятия: консультация для родителей на тему: «Профилактика гриппа и ОРЗ у детей»; Информационная папка «Роль художественной литературы в театрализованной деятельности»; Памятка для родителей на тему: «10 правил питания»; Памятка для родителей на тему: «Еда, которая вредна».

Также родители участвуют в веселых и интересных театрализованных мероприятиях, забавных развлечениях, таких как: «Лесная аптека», «Здоровье дарит Айболит», «Витаминиада». Тем самым активизирую и мотивирую родителей на организацию совместной деятельности с детьми, по приобщению детей к здоровому образу жизни через театрализованную деятельность, как в детском саду, так и дома.

Работая в данном направлении нам не обойтись без предметно-развивающей среды. В нашем саду есть театральная студия «В гостях у сказки» в которой имеется: большая и маленькая ширма, простейшие декорации, в том числе изготовленные родителями, стойка-вешалка для костюмов; костюмы, маски, парики, атрибуты для постановки сказок; куклы и атрибуты для обыгрывания сказок в различных видах театра: пальчиковый, куклы бибабо, теневой театр фигур и масок др. аудиозаписи музыкальных произведений, записи звукошумовых эффектов для создания фона в процессе театрально-игровой деятельности, а также современное оборудование Интерактивный кукольный театр со звуковой панелью, в которую, встроено множество звуков, воспроизведение которых с помощью кнопок поможет создать более веселое и запоминающееся представление. На сцене дети видят знакомые и любимые игрушки, а когда они «оживают» и начинают двигаться и говорить, они переносят детей в совершенно новый увлекательный мир.



В создании предметно – развивающей среды группы активно участвуют родители. В группе поселились куклы – герои разных сказок, театр масок, пальчиковый театр, театр картинок, теневой театр. Имеется ширма, уголок ряженья.

Таким образом, театрализованная деятельность, способствует формированию первичных представлений о здоровом образе жизни у дошкольников:

- дети с удовольствием принимают участие в проведении утренней гимнастики, подвижных играх, занятием физкультурой
- появилось желание выглядеть опрятно, следить за чистотой своего тела,
- знают вредные и полезные продукты
- родители принимают активное участие в наших мероприятиях, помогают в организационных моментах.