**Театральная деятельность в физическом воспитании дошкольников.**

**Театрализованная деятельность** –это один из самых эффективных способов воздействия на детей, в котором наиболее полно и ярко проявляется принцип обучения дошкольников: учить играя.

Известно, что дети любят играть, их не нужно заставлять это делать.

Играя, мы общаемся с детьми на «их территории». Вступая в мир игры, мы многому можем научиться сами и научить наших детей.

Мы знаем, что знакомство с театром происходит в атмосфере

волшебства, праздничности, приподнятого настроения, поэтому заинтересовать детей театром не сложно. Чтобы привлечь внимание детей я начинаю каждое занятие с загадки, стихотворения, говорю от лица сказочного героя используя куклу бибабо.

Надо сказать, что проблема физического воспитания дошкольников средствами театрализованной деятельности является малоизученной, но наиболее полно представлена в методических разработках которые я использую в своей работе автора Н. Н. Ефименко, создавшего такое направление как *«Театр физического развития и оздоровления»*.

Используя театрализованную деятельность в системе физического воспитания детей в ДОУ, решается комплекс взаимосвязанных **задач**:

• согласование движений с речью;

• умение воплощать с помощью движении, жестов и мимики настроение, характер образа;

• выразительного исполнения основных видов движений;

• развитие общей и мелкой моторики: координации движений, мелкой моторики руки, снятие мышечного напряжения, формирование правильной

осанки.

Среди **средств** театрализованной деятельности, используемых при организации работы по физическому воспитанию :

- использование образа (котята, щенята, лягушки, крокодилы, бабочки);

- создание сюжетных ситуаций (На прогулку в лес, В гости к солнышку);

- создание игровых ситуаций (Обыгрывание предметов: когда колечко превращается в руль, шляпку, юлу, веер);

-использование сюжета сказки  (разыгрывание сказки Теремок и др.)

Так же широко использую – логоритмику.

**Логоритмика** -это система физических упражнений, которая призвана ускорить становление двигательных и речевых функций. Речь, музыка и

движение – вот три компонента, помогающих речевому развитию.

Базовыми средствами работы служат разнообразные музыкальные игры с речевым сопровождением: хороводы, песенки, стихи. (“Мы топаем ногами”, “Шел Король по лесу”)

Ритмические упражнения для ног, рук, туловища и головы развивают общую моторику, стимулируют развитие мозга, и, соответственно, способствуют развитию речи.

То есть, любые ритмические движения и звуки активизируют определенные мозговые центры, что стимулирует мыслительный процесс и возникновение осознанной речи.

При ознокомлении с основными видами движений на физкультурных занятиях я используют имитационные движения. Дети с удовольствием превращаются в кошечек, собачек, птичек, медвежат и т.д., имитируют движения разных животных и показывают их пластику.

Ритмическая гимнастика реализует все программные задачи образовательной области «Физическое развитие»:

* Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* Привитие навыков правильной осанки. Правильная осанка имеет большое значение для нормальной деятельности всех внутренних органов и систем организма ребенка;
* Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Кроме того, в дошкольной образовательной организации работа должна строиться с учётом принципа интеграции образовательных областей. Ритмическая гимнастика позволяет интегрировать следующие области:

«Социально-коммуникативное развитие»:использование на занятиях логоритмических и танцевальных упражнений, ритмических жестов выраженных с помощью движений характера персонажа.

«Познавательное развитие»: создание образов окружающей среды, с помощью танцевальных упражнений.

«Художественно-эстетическое развитие»:использование музыкальных произведений для создания различных художественных характеров.

Анализируя динамику физического развития детей на конец года, можно констатировать, что у детей, занимающихся ритмической гимнастикой процент прироста уровня физической подготовленности значительно превышает процент прироста у детей,в годы когда дети занимались по общепринятой программе.

Таким образом, результаты наблюдений дают возможность сформулировать следующие выводы:

* недостаток активности подрастающего поколения приводит к постепенной атрофии мышц, ожирению и другим серьезным анатомо-физиологическим нарушениям;
* занятия ритмической гимнастикой оказывают положительное влияние на физическое развитие ребенка;
* внедрение в программу по физической культуре занятий ритмической гимнастикой способствует привитию дошкольникам жизненно необходимых знаний, умений и навыков, развитию основных физических качеств.

Реализуя ФОП я физкультурные занятия для повышения речевой активности включаю:

**Освоение базовых движений**

Познавательно-развлекательные викторины: «Привет, спорт!», «Здоровому образу скажем, Привет!». Знакомство с правилами игровых видов спорта: баскетбол, волейбол. Разучивание упражнений для разогрева мышц.

Разучивание основных элементов: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках «гусиным шагом», с ускорением и замедлением.

Бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, пружинящий;

Прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок «легкий» и «сильный». Разучивание хороводных, приставных шагов и др.

**Тренировка внимания**

Освоение техники подражательных движений. Работа над точностью подражательных движений. Игра «Забавные животные».

**Упражнения на развитие координации движений**

Гимнастические упражнения. Подвижные игры. Совместные упражнения в парах, небольшой группой с мячами, гимнастическими палками. Применение необычных исходных положений, быстрая смена различных положений (сесть, встать, лечь).

**Пальчиковые игры**

Проведение пальчиковых игр нацелено на развитие мелкой моторики рук, речи, внимания и памяти, координации движений, также ребенок учится сосредотачиваться. Игры: «Капуста», «Посуда», «Прогулка», «Пчелки», «Братцы», «Замок», «Апельсин», «Сороконожки», «Котята», «Зайцы».

**Упражнения из программы «Гимнастика Мозга»**

Выполнение упражнений, активизирующих работу обоих полушарий головного мозга человека: «Ленивые восьмерки», «Слон», «Перекрестный шаг сидя», «Сова», «Гравитационное скольжение», «Вода» «Кнопки Мозга», «Крюки» «Позитивные точки».

**Дыхательные упражнения**

Разучивание дыхательных упражнений «Веселые животные». Упражнение на восстановление дыхания «Ленивая природа».

**Развитие пластики и творческих способностей**

Упражнение на развитие пластики: «Березка», «Рыбка», «Складка», «Кошечка».

**Итоговое занятие**

Показательные выступления для родителей.

Так же не обойтись без театрализованной деятельности в подвижных

играх. Здесь дети исполняют свои роли, которые оговорены правилами игры.

(«Кот и мыши», «Лохматый пес», «Воробышки и автомобиль» , “Пастух и стадо” и т.д.)

Таким образом можно сделать вывод, что театрализованная деятельность является неотъемлемой частью в физическом воспитании дошкольников.