**Консультация для педагогов**

**«Использование фольклора в физическом воспитании детей дошкольного возраста»**

Народным творчеством принято называть то, что пришло из глубины веков и передалось от наших предков. То, что не забылось и не потерялось за десятки и сотни лет, не должно быть забыто и сегодня, поэтому так важно в раннем возрасте и дошкольном детстве использовать разнообразные формы фольклора в различных направлениях работы с детьми, в том числе и в физическом воспитании.

Из огромного пласта детского фольклора необходимо отобрать те, которые помогут создадут бодрый и настрой, овладеть различными видами движений, стать основой для подвижных игр.

Включение малых форм фольклора в утреннюю зарядку, гимнастику после сна, различные виды массажей улучшает психофизическое состояние детей, поднимают настроение, заряжают позитивом. На физкультурных занятиях игрового типа, спортивных праздниках и досугах успешно сочетается устное народное творчество с физическими упражнениями.

Народные пальчиковые игры «Ладушки», «Три колодца», «Сорока-ворона» имеют не только понятный детям сюжет и воспитательное значение, но и позволяют провести точечный массаж ладоней, пальцев важных точек запястий, локтей, плеч.

При выполнении общеразвивающих упражнений уместно использовать потешки, которые содержат описание выполнения каких-либо действий.

**Дом и ворота** *И.п.: основная стойка, руки на поясе*

На поляне (*руки в стороны)*

Дом стоит (*руки вверх, соединить ладони над головой)*

Ну а к дому (*руки в стороны)*

Путь закрыт (*согнутые руки перед грудью, соединить ладони в замок)*

Мы ворота открываем (*прямые руки перед собой,ладони параллельно друг другу*)

В этот домик приглашаем (*руки в стороны*,*полу наклон корпуса вперед).*

При освоении основных видов движений целесообразно использовать фрагменты из сказок. Например, на занятии в средней группе (4-5 лет) из сказки «Колобок»: укатился Колобок в лес – прокатывание мяча под дугой, а навстречу ему заяц – прыжки на двух ногах вперед в чередовании с ходьбой, а затем волк – ходьба по ограниченной площади опоры, или медведь – ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.

Отдельный богатый пласт фольклора – это народные подвижные игры, которые позволяют вовлечь всех играющих в активные двигательные действия в соответствии с сюжетом и правилами игры. Дети с удовольствием играют в «Ловишки», «Уголки», «Жмурки», «Горелки», «У медведя во бору», «Гори, гори ясно!», лапту и другие игры.

Оповестить детей о начале игры удобно с помощью заклички, например:

Тай-тай, налетай!

В интересную игру,

А в какую - не скажу.

Поиграйте с нами, догадайтесь сами!

ИЛИ

Раз, два, три, четыре, пять -

Выходи со мной играть!

Выбор ведущего или персонажа игры традиционно производится с помощью считалок. Они любимы детьми и позволяют без обид сделать выбор или установить очередность вступления в игру ее участников.

При организации спортивных игр и развлечений нередко используются предметы быта, народных промыслов, воспеваемые в произведениях устного народного творчества. С их помощью легко организовать такие эстафеты, как: перенос воды в деревянной ложке, ведер с помощью коромысла; переправа с использованием лаптей, шагоступов, ходулей; ведение мяча кочергой, веником. Особой популярностью у детей пользуются народные забавы, направленные на развитие силы, выносливости, тренировку координации движений: бой подушками, перетягивание каната.

Таким образом, фольклор становится важнейшим средством в физическом воспитании детей дошкольного возраста.